

„Licht und Stärke sind meins“

Wochenend-Seminar mit Andreas Pröhl, am 24. und 25.02.2018 in Berlin-Spandau.

Am Samstag sind wir zu acht, am Sonntag zu zwölf und wachsen im Laufe des Tages nochmal auf 14 Teilnehmer. „Jeder ist zur richtigen Zeit am richtigen Ort“, denn im Heilungsplan Gottes, gibt es keine Zufälle, sagt der Kurs, sagt Andreas.

Ich bin jetzt vor ungefähr 10 Monaten dem 'Kurs in Wundern' begegnet. Nein, eigentlich ist das nicht ganz richtig... ich bin ihm schon öfter begegnet, habe aber immer wieder weggeschaut. Dieses dicke blaue Buch stand schon in vielen Regalen und ich hab immer höflich begrüßt und mich dann Anderem zugewendet...

An diesem Wochenende ist es dann soweit, dass ich auch an einem ersten 'Kurs-in-Wundern-Seminar' teilnehme. Am Samstagmorgen wache ich mit vielen Gedanken und viel Trauer auf. Als Themen sind da: Probleme, Angst und diese Trauer. Wovor habe ich eigentlich so Angst? Was sind meine Ängste genau? Vor Kurzem habe ich die Erfahrung gemacht, das scheinbar meine größte Angst wahr geworden ist. Einige Zeit später habe ich gemerkt, wie sich die Bewerber, um diese frei gewordene Stelle um mich scharen: Von wegen, das war ja noch gar nicht die größte, da gäbe es auch noch...

Und das gleiche geschieht mit meinen Problemen. Teilweise laufen meine Gedanken in etwa so: wenn ich mich da und dann anders entschieden hätte oder wenn ich wieder zurück nach ... ziehen würde, dann wäre ich wieder glücklich... Bis mir einfällt, dass dort und damals genauso viele und teilweise die gleichen Probleme da waren. Also auch wenn ich eigentlich 'einfach' glücklich sein könnte, mache ich mir Probleme? So kreisen meine Gedanken auf der Hinfahrt zum Seminar und meine Trauer wird immer größer und schwerer.

Als eine von acht sitze ich dann im Halbkreis und fühle mich erstmal ganz wohl. Andreas liest einige der ersten Lektionen vor und es sind genau die Lektionen dabei, die ich heute am Morgen wiederholt hatte. Das ist schön und auch etwas beunruhigend. Auch die Themen gehen sehr schnell zu Angst und Problemen – einerseits ja sehr vorhersehbar... andererseits ist da eine Gefühl von 'das passt mir jetzt aber zu gut' und mir wird ein bisschen mulmig. Gleichzeitig ist es schön – ich fühl mich richtig. Vielleicht also wirklich am richtigen Ort zur richtigen Zeit.

Alles falsch? Oder: Kind, bist du glücklich?

Wir sprechen über den Traum, über die Illusionen, über die Alternative die vom Kurs angeboten wird. Über die falschen Vorstellungen, die wir über uns und die Welt haben und die wir selbst gemacht haben. Ein Teilnehmender ist nicht einverstanden mit dem Wort 'falsch'.

Andreas antwortet: 'Falsch ist keine Kritik'.

In mir entspannt sich dann auch gleich alles – ach so !? Ok. Das kann ich annehmen.

Andreas spricht davon, dass es ein Angebot ist, die Dinge vielleicht mal anders zu sehen, mal neu zu sehen. Es sich neu zeigen zu lassen. Eher eine Frage: willst du mal was anderes ausprobieren? Du weißt jetzt ja, wie es so gelaufen ist, mit dem was du bisher gedacht und gemacht hast. Und in meinem Kopf höre ich die Frage: Kind, bist du glücklich?

An dieser Stelle dämmert mir schon eine Blockade, die sich am Sonntag für mich nochmal bestätigen wird: Ich werde viel ruhiger und offener, wenn ich ein 'was wäre, wenn...' oder ein 'könnte es nicht auch sein, dass...' zulassen kann. Vielleicht reicht es, zu wissen, dass ich das 'Alte', das Bekannte nicht mehr will und mal was Neues erfahren möchte. Ein Teil von mir verfängt sich aber immer wieder im 'entweder-oder' und 'ganz-oder-gar-nicht'. Denn im Kurs steht doch an vielen Stellen – die beiden Welten können nicht neben

einander existieren. Die Welt, die ich mir ausgedacht habe und die Welt, die Gottes Liebe widerspiegelt, da geht nur das Eine oder das Andere. Ich kann nur wach sein oder träumen.

Das heißt für mich, ich muss jetzt sofort alles loslassen und hab keine Ahnung wie die Alternative aussieht. Und dann bekomme ich Panik und weigere mich. Also nein, wenn mir hier nicht gezeigt wird, wie die Alternative aussieht, beweg ich mich kein Stück. Woher soll ich denn wissen, ob es besser sein wird? Als mir vor einiger Zeit das erste Mal kurz dämmerte, dass ich all das loslassen könnte, was mich gerade so anstrengt, womit ich unzufrieden bin, was mich unglücklich macht - da war es gar nicht mehr so schlimm und schlecht. Ist doch ganz schön hier.., ich behalte das mal lieber noch...

Die Frage nach der Alternative zu dem, was mir bis jetzt bekannt ist, was ich bisher gesehen und gedacht habe, beschäftigt mich viel. Aber im Laufe des Seminars wird das leichter und weicher und der Gedanke an das Zulassen eines / meines Prozesses wird lauter und stärker und bringt mir Ruhe: Ich darf es mir Stück für Stück zeigen lassen. Ich kann tatsächlich mit „der kleinen Bereitwilligkeit“ anfangen.

Eine Frage die Andreas dann stellt, ist: wie wacht man aus einem Traum auf? Ich erinnere mich noch an meinen ersten Gedanken ans Aufwachen: ich dachte, naja aus meinen Alpträumen wache ich immer dann auf, wenn sie wirklich schlimm und nicht mehr aushaltbar für mich sind... Da gingen meine Gedanken in keine gute Richtung und ich war dann sehr froh im Kurs zu lesen: es soll erst noch schön werden und das Aufwachen ganz leicht und sanft. Dabei spüre ich auch einen sehr starken Wunsch: ich will hier erst noch bewusst glücklich sein, ich will 'das hier' erst noch für Gutes, Liebe und Freude nutzen. Ob das ein guter Wunsch ist oder mich doch eher blockiert, ist mir noch nicht klar. Aber eigentlich scheine ich damit doch genau auf Kurs mit Gottes Heilungsplan zu liegen.

Ein anderer starker Wunsch ist der nach konkreter Anwendung der Kurse – was mach ich denn jetzt aber mit meinen Problemen und meinen Ängsten? So geht es anderen Teilnehmenden auch. Die Lösung: Erkennen, dass ich gar keine Probleme habe! Na, das wär schön – geht aber gerade noch nicht. Die Formulierung die Andreas dann benutzt, in etwa: 'Heiliger Geist bitte schau mit mir an, was ich hier sehe', macht bei mir dann doch irgendwie *klick*. Ich weiß nicht warum - schon tausendmal gelesen und gehört, aber die Bitte anzuschauen was ich SEHE, war wohl ein wichtiger, nochmal deutlicher Hinweis, damit ich es wirklich verstehen kann.

Wir machen dann eine Übung, um uns selbst im anderen zu erkennen. Oder eher, um über die Erscheinung des anderen hinauszusehen. Als ich meinem Übungspartner in die Augen schaue, scheint mich erstmal meine eigene Trauer anzuschauen. Die ganze große schwere Trauer, die mich auf der Herfahrt schon begleitet hatte. Mit der Zeit wird sie leichter und leichter.

Die anschließende Austauschrunde hat eine sehr offene, liebevolle und humorvolle Atmosphäre – es ist Abend geworden, das Licht ist schön und es fühlt sich schon ganz vertraut an, hier zu sein.

Wie langweilig!

Es ist schön, andere zu sehen und zu hören und nicht nur 'alleine' vor diesem Buch zu sitzen. Es ist schön ähnliche oder ganz genau die gleichen Gedankengänge, Sorgen und Ängste auch von anderen zu hören. Und es gibt einen sehr schönen Moment, als mein Sitznachbar die spontane Erkenntnis hat, dass ihm ohne Probleme langweilig wäre. Da können viele von uns zustimmen und mitlachen. Ich hatte diese Erkenntnis vor knapp eineinhalb Jahren auch, als ein Coach mich dahin geführt hatte, mir vorzustellen, wie das wäre, wenn alles gut wäre und alles genau so läuft wie ich es möchte. Die erschreckende Erkenntnis dann: wie langweilig.

So sehr haben wir uns anscheinend daran gewöhnt, Probleme zu haben und lösen zu wollen. Das schöne, was ich bisher schon aus dem Kurs verstanden habe: Aber ich kann damit gar nicht alleine sein und vor allem, ich muss nicht.

Ich fahre mit dem Gefühl nach Hause, dass ich heute schon einiges besser verstanden habe.

Auch wenn die Fragen und Zweifel sich immer wieder melden und auch eine Unzufriedenheit sagt: ja aber jetzt weiß ich immer noch nicht, wie die Alternative aussieht, jetzt weiß ich immer noch nicht, wie Vergeben wirklich funktioniert? Und überhaupt was soll dieses Wort eigentlich genau bedeuten? Und da fällt mir etwas ein... das Wort 'Versöhnung'. Vergeben heißt Trennung aufgeben. Alles was trennt, alles womit ich mich trenne, distanzieren, absondere, besonders mache aufgeben und aufheben lassen. Das darf ich am Sonntag dann auch selbst nochmal ganz deutlich erfahren.

Die Liebe hat dich erschaffen wie sich selbst

Der Sonntag fühlt sich vertraut an und doch ganz neu. Wir sind mehr und die Stimmung ist ganz anders als die Abendstimmung davor. Wir sind mehr in Bewegung, machen mehr Übungen, reden weniger – ich grübele weniger.

Eine erste Übung machen wir zu 'keinen Groll hegen'. Ich schaue mir also einen Menschen an, dem ich noch nicht vergeben habe, auf den ich wütend bin, von dem ich mich verletzt fühle oder Ähnliches. Der wichtige Zusatz für mich dabei ist, wirklich so lange hin zu schauen, bis ich etwas anderes sehe und nicht vorher schon wieder weg zu sehen und zu sagen – tja, funktioniert nicht. Das ist ein Vorteil in der Gruppe – man geht vielleicht genau an den Stellen mal einen Schritt weiter, an denen man bisher wieder umgedreht hat.

Wir machen eine weitere Übung, um uns in jedem anderen der Gruppe zu sehen und am Nachmittag widmen wir uns in zweier Gruppen jeweils einer Wiederholungslektion. Ich habe das 'Glück' eine Lektion zu haben, die ich nicht fühlen kann. Ich kann lesen was da steht und würde es auch gern glauben: „Die Liebe hat dich erschaffen wie sich selbst.“ Hört sich schön an. Ich weiß aber einfach nicht, was das für mich heißen soll. Und eigentlich weiß ich doch auch gar nicht genau, was die Liebe wirklich ist... und dann steht da noch, dass ich mein falsches Selbstbild nicht erhöhen soll. Aber ich mag 'mich' langsam endlich mal... und daran habe ich lange 'gearbeitet'... Außerdem, wenn die Liebe mich erschaffen hat, wie sich selbst, was ist dann mit meiner ganzen Wut, auch manchmal Hass und meinen Fehlern und meinem Chaos... Also schlicht, ich verstehe nicht, ich wills nicht, lass mich doch in Ruhe...

Danach ist die Aufgabe, der ganzen Gruppe die Lektion nach eigenem Verständnis - das mir leider gerade fehlt - vorzustellen. Meine Gruppenpartnerin schlägt mir vor, dass ich die Lektion mit ihr tauschen könnte, weil ich 'ihre' Lektion besser verstehe. Das ist sehr nett von ihr. Ich weiß nicht was ich tun soll? Soll ich es mir leichter machen? Soll ich es so annehmen wie es ist? Ich kenne mich und meine Entscheidungsschwierigkeiten und so sitze ich da, bis ich dran bin, am hin- und herüberlegen und bin zumindest froh, dass ich den anderen trotzdem noch zuhören kann. Als ich an der Reihe bin, bleibe ich bei 'meiner' Lektion, auch wenn ich nicht weiß, was ich sagen soll.

Ich schaue erst einmal in die Runde. Ich schaue noch einmal jedem in die Augen und merke plötzlich etwas. Ich kann es annehmen! Mit allen hier zusammen, für alle hier zusammen, kann ich das annehmen. Das, was ich da um mich herum sehe, dazu kann ich sagen 'Die Liebe hat mich, hat euch, hat uns erschaffen wie sich selbst.'

Das ist eine sehr schöne, wirkliche Erfahrung und ich verstehe es nicht nur, ich fühle es.

Kurz danach schlage ich dann nochmal einen Haken, indem ich mich mit einer unnötigen Bemerkung sowohl von Andreas, als auch von der Gruppe, als auch von meiner gerade so schönen Erfahrung distanzieren – ein völlig unnötiger Widerspruch. Aber gut, ich kann es sehen und verstehen, als ein Mechanismus, den ich anwende, um mich zu trennen.

Mir geht es wirklich gut nach diesem Seminar. Ich habe mich ein paar Stunden wirklich zu Hause gefühlt. Ich fühle mich glücklich.

Aber... meine Probleme sind doch jetzt immer noch da, oder? Und ich muss doch noch meine Fehler wieder gut machen und das Chaos aufräumen, das ich angerichtet habe... oder?

Nachtrag: Ist das ein Wunder?

Drei Tage nach dem Seminar, habe ich eine Zusage für ein WG-Zimmer. Ich mag es dort, ich würde gerne dort einziehen, kann aber aus meiner Wohnung erst in 3 Monaten raus. Ich telefoniere mit der WG und wir verbleiben so, dass ihnen drei Monate warten zu lange wäre und ich in Erfahrung bringe, ob ich einen Nachmieter finden kann. Dazu muss ich sagen, die Wohnung stand, bevor ich sie genommen hatte, sechs Monate leer... bisher war sie nicht besonders begehrt. Dann gehe ich raus, um spazieren zu gehen. Mein Nachbar spricht mich an und fragt mich sehr zurückhaltend, ob es vielleicht sein könnte, dass ich mir eventuell überlege, in absehbarer Zeit mal... ausziehen...? Er würde die Wohnung gern übernehmen. Gern auch ab sofort. Ich kann erstmal nur grinsen und nicken und er kann den 'Zufall' nicht fassen. Problem gelöst!

Also, Licht und Stärke sind wirklich meins !? – wenn ich es zulassen kann, wenn ich empfangen kann.