

Sabine Bongardt

Mein Weg ins L-*ICHT*-T

Pionier der Neuen Zeit

Engelsdorfer Verlag
2017

Bibliografische Information durch
die Deutsche Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-96008-900-1

Copyright (2017) Engelsdorfer Verlag

Alle Rechte beim Autor

Buchcover:
Gestaltung: Susanne Küch, Duisburg
Foto: Fotostudio HaWart, Duisburg

Lektorat:
Birgit Rentz, Itzehoe

Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)
www.engelsdorfer-verlag.de

16,00 Euro (D)

Vorwort

Jetzt sitze ich hier und weiß genau: »Die Zeit ist reif.« Aber wie fange ich an, wie bekomme ich es hin, dich mitzunehmen auf dem Weg durch mein Leben?

Ich wünsche mir, dass du beim Lesen lachen musst, vielleicht auch weinen, dass du berührt wirst und miterlebst, was ich erleben durfte. Vielleicht stellt sich ein seltsames Kribbeln ein oder dir wird ganz kalt oder auch warm. Von Schmetterlingen im Bauch bis Höhenflug und Totalabsturz ist alles möglich.

Ich werde in der Du-Form bleiben und gehe davon aus, dass es für dich in Ordnung ist und es sich dadurch persönlicher anfühlt, wenn ich eine abenteuerliche Reise mit dir mache. Schnall dich also an oder mach es dir bequem – wie auch immer. Tue das, was sich für dich gut anfühlt.

Wieso eigentlich auf eine Reise? Tja, weil mein Leben eine Abenteuerreise war und ist. In einem Telefonat hörte ich die Worte: »Mach doch endlich die Reise, die du schon seit Längerem machen möchtest!« Abgesehen davon, dass es ein aufwühlendes, emotionales Gespräch war, wusste ich danach nicht, welche Reise gemeint war, und hatte nur Fragezeichen vor Augen.

Weil damals viel passierte und ich mich »gefühl« in keiner guten Phase befand, suchte ich nach Antworten. In diesem Gespräch war ich deutlich darauf hingewiesen worden, dass es an der Zeit war, für mich zu entscheiden. Meine Lebensenergie war total am Boden! Es

war an der Zeit, das Ruder herumzureißen, bevor es zu spät war. Ich war wohl zu sehr von meinem Seelenplan abgekommen.

Während eines Gesprächs mit meiner älteren Tochter hatte ich plötzlich eine Vorahnung, was mit dieser Reise gemeint war. Klar, ich wollte auch schon mal über den großen Teich nach Amerika und vor Jahren im Rahmen einer Ausbildung, deren Ursprung in Australien liegt, auch dorthin und vielleicht auch mal in die Toskana. Aber war damit ein Herzenswunsch verbunden?

Und dann kam die »Erleuchtung«! Seit einigen Jahren sagte ich oft: »Ich schreibe mal ein Buch über das, was ich erlebt habe.« Vielleicht sollte ich mich für einige Zeit zurückziehen und tatsächlich schreiben. Noch nie hatte ich Dinge aufgeschrieben, aber nun war der Wunsch da.

Teilweise wurde ich belächelt, von einigen wurde ich mit Verwunderung angesehen. Wahrscheinlich hatte diese Aussage zu der Zeit für mich noch nicht die Kraft, um es wirklich umzusetzen. Eine Kollegin jedoch sagte schon damals: »Das glaub ich gerne. Wenn das jemand hinkriegt, dann du!« Sie lachte und meinte: »Wenn du erzählst, klebe ich immer an deinen Lippen. Mach das bitte, das Buch will ich lesen!« Es ist schon erstaunlich, dass andere einem oft so viel mehr zutrauen als man sich selbst.

Dass die Zeit »jetzt« reif war, wusste ich natürlich nicht, aber als meine Tochter meinte, dass es vielleicht

gar keine Reise in diesem Sinn sei, sondern »die Reise« durch mein Leben, da war es um mich geschehen. Genau! Ja! Das fühlte sich gut an! So oft hatte ich das Vorhaben über den Haufen geworfen oder es mir doch nicht zugetraut. Der Entschluss stand fest: »Ja, die Zeit ist reif!«

Nun ist es so weit – es ist vollbracht. Fast drei Jahre sind inzwischen vergangen. Das Buch ist fertig! Es fühlt sich ein bisschen so an wie am Ende einer Schwangerschaft. Ich freue mich zwar riesig auf die Geburt, bin aber auch ein wenig unsicher und aufgeregt. Ich vertraue darauf, da ich meinen Impulsen gefolgt bin, dass es einen »höheren« Grund hat, dass es dieses Buch gibt.

In mir gab es zwischendurch immer wieder »Zweifler«, aber auch »Antreiber«. Ich wurde »überprüft«, ob ich es ernst meinte und ob ich so in die Öffentlichkeit wollte. Nachdem das Manuskript fertig war, zeigten sich einige Dinge, die ebenfalls hineingehört hätten, aber mir war wichtig, dass der Kreis sich schließt. Wer weiß, was das Leben noch für mich bereithält, vielleicht packt es mich ja ein weiteres Mal ...

Mein Mann und unsere zwei wunderbaren Töchter werden in meinem Buch natürlich »vorkommen«, aber ohne Details und persönliche Dinge. So, wie es für jeden Einzelnen wichtig ist. Ohne sie wäre meine »Reise« ja eine ganz andere.

Nun tauche ein in meine Welt, ich lege dir mein Herz
und mein Leben auf ein Silbertablett. Lass dich mit-
nehmen und berühren.

Licht und Liebe

Sabine

In meiner Familie haben Haustiere einen festen Platz als Familienmitglieder. Zwei Kater begleiteten uns schon viele Jahre durch alle Höhen und Tiefen. Einer von beiden »war« ein traumschöner, grauer und stolzer Kater. Ich hatte oft gesagt, dass Sammy uns von Gott gesandt wurde, weil er eine ganz besondere Seele war. In den neun Jahren seines Lebens unterstützte er gerade mich durch seine liebevolle Art, wenn mich, wie so oft, Schmerzen plagten. An dem Wort »war« siehst du, was passiert sein muss. Sammy wurde »krank«. Später wirst du verstehen, warum ich das Wort »krank« hervorgehoben habe.

Bereits eine Woche nach der Diagnose des Tierarztes starb Sammy. Es ging alles viel zu schnell. Da dieses wundervolle Geschöpf kaum noch Luft bekam, fuhren wir zum Tierarzt, um ihn zu erlösen. Ein unsagbar schwerer und schmerzhafter Gang für uns. Worte können nicht vermitteln, wie es sich anfühlte. Unsere jüngere Tochter konnte dabei sein, die ältere nur mental, da es anders nicht möglich war.

Irgendwann, wenn der Schmerz verblasst, werden wir es wahrscheinlich zu schätzen wissen, wie schön es sein muss, im Kreis seiner Familie so liebevoll behandelt zu werden, wenn man geht. Ich spürte unsere Familienbande, und trotz der traurigen Situation fühlte es sich so gut an.

Bestimmt ist es ein Geschenk, ein Tier erlösen zu können. Ich hatte vorher nie näher darüber nachge-

dacht, aber es war auch eine Bürde. Uns fiel die Entscheidung sehr schwer, obwohl wir genau wussten, dass sie richtig war.

Wir nahmen, weil es uns wichtig erschien, eine längere Autofahrt in Kauf, um zu der Tierärztin zu fahren, bei der wir in den ersten Jahren mit unseren Katern bereits gewesen waren. Irgendwann später hatten wir einen Arzt in der Umgebung gewählt, da beide Kater die lange Autofahrt nicht gut vertrugen.

Unterwegs gingen mir tausend Dinge durch den Kopf. Diese reine Seele hatte mir so oft geholfen, und wer wusste schon, was Sammy mir jetzt gerade abnahm. Es war ein quälender Gedanke, aber er war da. Die Tierärztin sollte Sammy erlösen. Es fühlte sich richtig an, da sie auf diese Weise den ersten und somit auch den letzten Kontakt zu ihm hatte. Der Kreis durfte sich nun schließen.

In meiner Unsicherheit, dort in der Tierarztpraxis »anscheinend« über Leben und Tod zu entscheiden, rief ich einen guten Freund an. Ich werde später von ihm berichten, da ich ihn während meiner Ausbildung kennenlernte. Nach diesem Telefonat wusste ich, dass es wichtig war, was wir taten.

Am nächsten Tag schrieb er in einer E-Mail Folgendes:

Ich glaube nach wie vor nicht, dass du bzw. ihr entscheiden konntet, ob das Leben von Sammy zu Ende gegangen ist. Einzig und allein das

Leben entscheidet dieses, und nur dann, wenn der richtige Zeitpunkt gekommen ist. In diesem Fall gibt es nur unterstützende Kräfte, die dazu beitragen, dass es so ist. Ich wünsche dir und euch, aus ganzem Herzen, die Kraft und die Möglichkeit, das Licht und das Leben aus dieser Situation wahrzunehmen und aufzunehmen, zu transportieren in euer Leben, zu genießen, bis der Zeitpunkt kommt.

In tiefer Verbundenheit

Ich war tief berührt von diesen Worten und auch dankbar für diese große Verbundenheit. Es ist schon etwas Besonderes, so eine Verbindung erleben zu dürfen.

Es gab durch unsere Töchter immer irgendwelche Haustiere, sie gehörten zu unserem Leben. Doch bei keinem von ihnen standen wir vor so einer Entscheidung.

Tiere sind geniale Geschöpfe, die auf diese Erde geschickt werden, um unser Leben zu bereichern und um einen »Auftrag« zu erfüllen. Wahrscheinlich war es Sammys Auftrag, mir das Leben mit meinen Schmerzen zu erleichtern. Wer weiß, wie es mir ergangen wäre, wenn er mich nicht mit seiner wundervollen Art, seinem weichen Fell und seinem Schnurren immer wieder aufgemuntert hätte. Vielleicht hätte mich der Mut verlassen und ich würde heute noch feststecken.

»Auftrag«, das hört sich für dich vielleicht fremd an, aber es ist meine Überzeugung. Da wir gerade dabei sind: Es ist mir wichtig, dass du weißt, meine Einstellungen und Überzeugungen müssen nicht deine sein, stell sie bitte auf den Prüfstand. Ist es für dich stimmig, ist es gut. Ist es für dich nicht stimmig, ist es genauso gut. Es gibt da meiner Meinung nach kein »richtig« oder »falsch«.

Jeder Mensch ist ein Individuum, und das ist gut so.

Apropos richtig oder falsch: Seit Ende 2012, in unserer jetzigen Zeit, dem »Wassermann-Zeitalter«, geht es um das »Fühlen«! Das Herz entscheidet, ob etwas wichtig oder unwichtig ist. Vorher, im »Fische-Zeitalter«, da ging es ums »Denken«, der Kopf entschied und es gab richtige und falsche Entscheidungen. Nach meinem Gefühl stecken so manche Menschen fest in der alten Energie, schließlich war dieser Zeitabschnitt sehr lang. Viele versuchen sich quasi »durchzumogeln«, aber unsere Körper sind sehr ehrlich und lassen sich nicht betuppen.

Wenn du dich umschaust, siehst du sehr deutlich, wie viele Menschen aufgrund von Krankheiten oder auch Trennungen an ihre Grenzen gelangen und oft auch neu entscheiden müssen bzw. dürfen. Niemand trägt die »Schuld« dafür, aber häufig werden diese Herausforderungen »unbewusst« durch alte Muster und Glaubenssätze »erschaffen«. Mit jeder dieser Herausforderungen »wächst« du, auch wenn es sich mitendrin nicht so anfühlt.

In dieser Neuen Zeit ist die Bewusstheit für Veränderungen sehr wichtig. Wenn keine Veränderungen zugelassen werden, fließt das Leben an uns vorbei anstatt durch uns hindurch.

Grundsätzlich tut es dir wahrscheinlich gut, dich einmal zu fragen:

- ~ Lebst du?
- ~ Oder wirst du gelebt?
- ~ Machst du die Dinge, da sie von dir erwartet werden oder weil du sie möchtest?
- ~ Bleibst du dir selbst treu?
- ~ Hast du einen Traum – einen Herzenswunsch?
- ~ Hast du Angst, die Verantwortung für dein Leben zu übernehmen?

Oft stellt man sich diese Fragen erst, wenn das Leben einen dazu auffordert.

Vielleicht kennst du den Begriff der »Löffelliste«. Ich finde den Namen gewöhnungsbedürftig, aber auf der anderen Seite trifft es den Kern. Was wünschst du dir noch alles zu tun, bevor du den sogenannten »Löffel« abgeben musst?

Es liegt mir fern, dich belehren zu wollen. Es sind Erfahrungen, die ich gemacht habe, und jeder macht eben andere Erfahrungen in seinem Leben. Ich möchte dir aber Impulse geben, damit du über gewisse Dinge einmal nachdenkst und sie vielleicht neu beleuchtest.

Nach dieser Entscheidung beim Tierarzt war die Trauer so groß, dass ich manchmal das Gefühl hatte, es zerreißt mich innerlich. Jeder in der Familie erlebte es verschieden intensiv, und die ersten Tage war es schon gewaltig. Ich denke, dass es immer dann schmerzlich ist, wenn man im Herzen mit einer Seele so stark verbunden ist, egal ob Mensch oder Tier.

Unser anderer Kater – Barny – verstand das Ganze natürlich nicht. Wir hatten ihm die Möglichkeit des Abschieds gegeben, indem wir Sammy erst einmal wieder mit nach Hause genommen hatten, aber er tigerte ständig durch die Wohnung und suchte seinen Kumpan. Mal hatten die beiden in der Vergangenheit friedlich vereint auf dem Sofa gelegen und mal waren sie prgelnd durch die Wohnung gefegt, ähnlich wie man es von Geschwistern kennt. Aber jetzt trauerte er mit uns und verlangte mehr Aufmerksamkeit als zuvor.

Ein paar Tage später erhielten wir Post von der Tierärztin. Nach meiner persönlichen Meinung folgt diese Frau eher ihrer Berufung, als »nur« ihren Beruf auszuüben. Es war ein Text mit liebevollen Worten. Eine berührende Geschichte, die uns sehr bewegte. Es ging um die bedingungslose Liebe von Tieren gegenüber ihrem Besitzer. Das Schicksal dabei war, dass sie unsere Herzen mit dieser Liebe fllten, wir aber irgendwann Abschied nehmen mussten. Durch den Verlust

wählte man die Tränen – allerdings im fairen Tausch für ihre Liebe.

Genauso fühlte es sich für uns gerade an. Wir hatten die Tränen gewählt, waren aber auch dankbar für die schönen Jahre und würden sie nicht missen wollen. Es war ein fairer Tausch gegen die Liebe, die Sammy uns gegeben hatte.

Wir entschieden uns, Sammy in einem Tierkrematorium einäschern zu lassen und in einer Urne wieder mit nach Hause zu nehmen. Auch das war kein leichter Weg, aber es schien uns die beste Lösung zu sein. Die Idee hatte mein Mann gehabt, und so fuhren wir an einem schönen, sonnigen Tag dorthin.

Es flossen nochmals viele Tränen und auf der Heimfahrt hielt ich die kleine Urne in meinen Händen. Die Sonne fiel auf das silberne Herz mit den goldenen Pfötchen. Da hatte ich plötzlich eine Vorstellung, wo sie zu Hause ihren Platz haben würde. Sammy hatte es geliebt, auf der Fensterbank in der Sonne zu sitzen, und dort sollte auch in Zukunft sein Platz sein.

Ich stellte also die Urne auf die Fensterbank und daneben ein Teelicht. Wann immer wir es anzündeten, hatten wir das Gefühl, dass Sammy bei uns war. Ab und zu flackerte die Flamme und dann fühlte es sich an, als ob auch er im Raum wäre.

Während dieser eher traurigen Zeit kamen Nachrichten von Freundinnen, die mich sehr berührten. Ihre

liebervollen Worte und die Anteilnahme taten einfach gut.

Die Nachricht einer Freundin war außergewöhnlich. Wir hatten ein bisschen mit dem Handy hin und her geschrieben und sie bewegte sich eher vorsichtig tastend. Behutsam schrieb sie ihre Gedanken zum Thema »Tod« nieder:

Es könnte doch sein, dass, wenn man alle Erfahrungen gemacht hat, die für das Leben wichtig waren, es vollendet ist und man sich dann »entscheidet« zu sterben. Dann würde niemand sterben, bevor das geschehen ist. Dadurch wären die Bedingungen und der Zeitpunkt des Todes genau richtig, ähnlich wie bei der Geburt. Beides wären dann Momente der Schöpfung – also perfekt.

Dieser Versuch einer Erklärung war für mich »begreifbar«. Die Vorstellung, dass ein Baby beim Geburtsvorgang nicht wissen konnte, was es erwartete, und dass es in diesem Moment auch ein »Ende« war, machte es für mich vergleichbar mit dem Tod. Man durchschritt eine Tür, ohne zu wissen, was danach kam.

Wenn nach der Geburt das »Leben« auf mich wartete, warum sollte es beim Tod nicht ähnlich sein? Nur weil wir es nicht wissen oder vielleicht etwas anderes vermittelt bekommen, kann es doch möglich sein, oder? Ich glaube fest daran, dass alles einen Sinn hat

und »danach« noch etwas »kommt«, und das gibt mir Mut und Kraft.

Das Vermissen quälte mich am Anfang doch sehr. Vielleicht war es auch gerade die Tatsache, dass dieser Kater anscheinend seinen Auftrag erfüllt und er all seine Erfahrungen gemacht hatte. Mir durfte es jetzt immer besser gehen und er konnte gehen. Das war genauso schön wie schmerzhaft. Wenn man liebt, empfindet man den Verlust immer sehr intensiv, denke ich.

Die Freundin schrieb weiter, dass ich bestimmt an vielen Stellen merke, dass mein Kater noch in der Nähe sei und mich liebevoll durch diese Zeit begleite. Es könne doch sein, dass er mir durch ihre Worte diese Informationen zukommen lasse.

Es fühlte sich an wie ein Puzzleteilchen, wenn man bedenkt, dass ich abends nicht einschlafen konnte, ohne zu weinen, und betete, dass Gott oder Sammy mir einen Hinweis geben sollten, damit es leichter sein durfte.

Weil die Freundin das Gefühl hatte, Sammy wolle uns etwas mitteilen, schrieb sie Folgendes – verrückt und genial zugleich:

*Seid nun wieder froh, mir geht es wunderbar.
Ich kann verstehen, dass ihr die Gewohnheit
vermisst, aber unsere Verbindung besteht weiterhin.
Die letzten gemeinsamen Tage waren so wunderbar mit euch, eure Liebe zu spüren. Aber*

nun seid bitte wieder glücklich, ich bin weiterhin bei euch.

Mir ist wichtig, dass es euch gut geht. Geht hinaus in die Sonne, fasst euch an den Händen, genießt eure Familienbande, ich bin bei euch.

In Liebe, euer Sammy

Ich war überwältigt von ihren Worten, tieftraurig und glücklich zugleich, und ich hatte keinen Zweifel daran, dass es so war, wie sie es schrieb. Ich bin ihr sehr dankbar dafür, dass sie ihrem Gefühl gefolgt ist.

Angeregt durch diese Worte, die Phase der Trauer und der Verbindung, die wir und ganz besonders ich zu diesem Kater Sammy hatten, fasste ich den Entschluss, mit dem Buch anzufangen.

Oft setzen die schmerzhaften Dinge und Zeiten im Leben genug Kraft frei, um etwas zu bewegen. Mit dieser Kraft und der Überzeugung, dass alles, auch wenn wir es oft mittendrin nicht verstehen, einen Sinn hat, legte ich »jetzt« und nicht wieder später los.

Nach Aussagen wie »Wie funktioniert das denn?«, »Du kannst dich doch nicht einfach hinsetzen und schreiben!«, »Wie geht es denn dann weiter?«, »Was kostet so etwas denn?« oder »Wie willst du die entsprechenden Kontakte knüpfen?« lächelte ich und erwiderte: »Ich habe keine Ahnung, aber ich spüre und weiß, dass ich das tun ›muss‹, und zwar jetzt!«

Oft fragen wir uns im Leben nach dem Wie, dabei wäre es entscheidender, uns um das Warum zu küm-

mern. Wenn dein Wunsch, deine Einstellung zu dem, was du tun möchtest, stimmt, ist alles andere egal. Das mag provokant klingen, aber es fordert dich auch auf, es auszuprobieren. Um das Wie kümmert sich das große Ganze, wenn du im Vertrauen bist. Die Motivation »dahinter«, ob du wirklich für dein Vorhaben brennst, ist entscheidend.

Die Meinungen der »anderen«, die uns immer wieder beeinflussen, sind häufig auch nur Ängste und Sorgen, die sich auf diese Art und Weise zeigen. Dann ist es wichtig, dass du in diesem Bewusstsein letztendlich nur auf dich hörst. Sag einfach mal »Ja« zu deinen Träumen. Vielleicht ist es leichter und einfacher, als du es für möglich hältst.

Bei »leichter und einfacher« fällt mir eine Geschichte ein, die ich mal gehört habe. Sie handelte von einem Bildhauer aus Indien, der wegen seiner hervorragenden Arbeit beliebt und bekannt war. Aus einem Felsen arbeitete er die Form eines Elefanten so fantastisch heraus, dass man meinen konnte, das Tier würde lebendig vor einem stehen. Als er einmal von einem reichen Palastbesitzer einen Auftrag erhielt, fragte dieser ihn: »Wie machst du das, dass sie so echt aussehen?« Er überlegte kurz und antwortete: »Ich schlage von dem Felsen einfach alles weg, was nicht Elefant ist ...«

Diese Antwort war genial. So einfach ist es. Übertragen heißt das für mich: Schlage von deinem Leben alles weg, was nicht zu deinem Leben gehört! Mache die

Dinge nicht, um anderen zu gefallen, sondern mache sie, weil du sie willst.

Du bist der wichtigste Mensch in deinem Leben. Lass dich nicht davon abbringen, etwas zu tun, nur weil andere es für »ver-rückt« halten. Jeder Einzelne ist ein Funke Gottes, mach dir das bewusst.

Also setzte ich mich hin und fing an zu schreiben. Wie du weißt, um dich mitzunehmen, aufzurütteln, aufzumuntern, zu bewegen und vieles mehr. Es ist ein Bestseller, der in Arbeit ist, das steht fest – das sagt mir nämlich mein Herz. Schau selbst, was es mit dir macht. *Du* hast die Wahl!

Ich weiß sehr gut, dass man manchmal meint, man könnte nicht »wählen«. Aber aus allen Erfahrungen, die ich in den ganzen Jahren machen durfte, habe ich Folgendes gelernt: Auch wenn es sich anders anfühlt, man hat immer die Wahl! Schließlich bin ich über fünfzig Jahre alt und blicke schon auf einige Jahre zurück, was allerdings absolut nicht die Voraussetzung ist, um es so zu sehen. Vielleicht kommt es auf die Dinge an, die man erlebt, oder darauf, mit welchem »Auftrag« man hier auf dieser schönen Erde »gelandet« ist.

Vielleicht überlegst du gerade wegen des Buchtitels »Mein Weg ins L-*ICH*-T«: Was meint sie denn eigentlich damit?

- ~ Das »L« steht für mich für das Leben – eine Illusion.
- ~ Dann kommt das »*ICH*« – dort, wo ich ganz und gar ankommen möchte, bei mir.
- ~ Das »T« steht für mich für den Tod – die Wahrheit.

Denn wenn der letzte »Lebensfilm« vor meinem inneren Auge abläuft, ist es die Wahrheit und kann nicht mehr verändert werden. Mein Weg von der Illusion zur Wahrheit führt mich zum *ICH*.

Da ich spontan schreibe, was mir gerade in den Kopf kommt, kann es gut sein, dass ich hin und her springe, in den Zeiten und der Abfolge. Aber ich bin mir sicher, du verstehst trotzdem gut, worum es geht und was ich meine. Wie du bestimmt schon bemerkt hast, haben für mich die einzelnen Wörter oder auch Sätze eine besondere Bedeutung. Sie »deuten« auf etwas hin. Unsere deutsche Sprache zeigt sich uns so tief sinnig und genial, wenn wir wieder lernen, hin-zu-hören und hin-zu-sehen. Wie oft sagt man dem anderen leichtfertig etwas, ohne darüber nachzudenken.

Ich zerlege die Wörter gerne, um deutlich zu machen, was in ihnen steckt. Beispielsweise: »ver-rückt«: In dem Moment bist du von etwas, was andere vielleicht als »normal« empfinden, abgerückt, also ver-rückt. Schau es dir mal genauer an, wenn du möchtest, ohne es zu bewerten. Mir eröffnet dieses »Hinschauen« eine neue Sichtweise.

Ich möchte dir nicht meinen Lebenslauf präsentieren, sondern die Reise durch mein Leben. In einem bewegten Leben geht es schon mal von rechts nach links, ohne Blinker und Schulterblick, und auch von oben nach unten. Wenn es sich anfühlt wie in einer Achterbahn – okay! Dann halte dich bitte fest.

Da man sich nach meiner heutigen Überzeugung seine Eltern selber aussucht, lebte ich die ersten zwei Jahrzehnte bei meinen von mir ausgewählten Eltern mit einer älteren Schwester zusammen.

Meine Schwester und ich waren und sind grundverschieden, jeder ist auf eigenen Wegen unterwegs. Wir akzeptieren die jeweils andere so, wie sie ist, selbst wenn wir manches, was sie tut, nicht verstehen, aber das ist auch nicht nötig. Es ist schön, eine Schwester zu haben.

In meiner Kindheit sind einige Dinge geschehen, die mir sehr nahegegangen sind, die mir wehgetan und mich nachhaltig geprägt haben. Auch hier möchte ich aus Respekt und Achtung auf Details und Einzelheiten verzichten.

Von Zeit zu Zeit gab es Situationen, in denen mein Vater nicht berechenbar war und die Familie nicht wusste, was als Nächstes geschehen würde. Er geriet dann in einen Strudel der Verzweiflung. Meine Mutter