

Das Leben ist uns Spiegel



Susanne Edelmann

Schule der Weisheit

Silberbachstr. 11 B

9032 Engelburg

Tel. 079 216 75 39

info@edelmann-beratung.ch

Waren Sie schon einmal in einem Filmstudio? Und sind dort durch die Strassen gefahren und haben die schönen Häuser bewundert? Und dann festgestellt, dass es lediglich Fassaden waren, die in perfekter Weise den Anschein von tatsächlichen Häusern erweckt haben?

Manchmal, wenn ich mir Lebensgeschichten von verzweifelten Menschen anhöre, kommen mir diese Fassaden-Strassen in den Sinn; Ein schönes, eigenes Haus, ein schönes Auto, ein guter Job, eine gut funktionierende Ehe und Kinder, die ihren Platz gefunden haben in der Gesellschaft. Alles wunderschön. Scheinbar. Denn in Krisenzeiten zeigt sich dann oft, dass all das Schöne lediglich die äussere Fassade war. Eine Fassade, so gut getarnt, dass sie von allen Beteiligten als Realität wahrgenommen wurde. Dahinter, da ist allerdings schon längere Zeit Leere oder auch Zerbrochenes, Altes, Schimmel und Dreck.

Es wird oft versucht, Herausforderungen und Probleme über den Verstand zu lösen. Wir analysieren und reflektieren, finden Gründe und Lösungsstrategien. Und erleben nun zunehmend, dass uns dies nicht mehr wirklich weiterbringt. Logisch. Eigentlich. Denn die Wahrheit liegt dahinter. Meist ahnen wir dies ein Stück weit. Doch wir Menschen tun uns manchmal schwer, bei uns selbst wahrzunehmen, was wirklich ist. Der Alltag hält uns schliesslich ausreichend in Atem. Und es würde zudem ein grosses Stück an Mut benötigen, um einfach so, aus freien Stücken, in die Abgründe des eigenen Inneren zu blicken. Und so lassen wir es meist bleiben. So lange, bis uns ein kritisches Lebensereignis „geschenkt wird“. Ein Ereignis, das uns für kurze Zeit den Boden unter den Füßen wegzieht und uns – als Chance – auffordert, nun endlich auf das Dahinter zu blicken: In uns selbst und in unserem Leben.

Alles in unserem Leben dient uns. Auch und gerade, die manchmal so schwierigen und herausfordernden Zeiten.

Lassen Sie mich Ihnen die Geschichte von Ferdinand erzählen:

Ferdinand ist 62 Jahre alt. Er war bis vor einem Jahr ein höchst erfolgreicher Aussendienstmitarbeiter in einem grossen internationalen Konzern und ist 30 Jahre lang beruflich in der ganzen Welt herumgereist. Er hat mehrere Halbmarathons mit sehr guten Leistungen bestritten und war in seiner knappen Freizeit meist auf einem Golfplatz anzutreffen. Er ist seit 40 Jahren verheiratet. Das Paar hat 3 erwachsene Kinder, denen es allen gut geht. Sie haben 3 Enkelkinder, ein grosses Haus und ein Ferienhaus im Tessin.

Ferdinand plagten die letzten Jahre wiederholt gesundheitliche Probleme und so hat er entschieden, mit 60 in den Ruhestand zu gehen. Eigentlich hat er sich darauf gefreut. Nun, zwei Jahre später geht es ihm jedoch gesundheitlich und psychisch so schlecht wie noch nie in seinem Leben. Zu allem Übel hatte er zudem vor 6 Monaten einen Sportunfall. Sein Knie ist mehrfach zertrümmert, will einfach nicht heilen und hält ihn dadurch unangenehm immobil. Die Frau pflegt weiterhin mit grosser Hingabe das Haus und ist jederzeit freundlich. Sie hat seit zwei Jahren zunehmend Aktivitäten ausser Haus aufgenommen und ist nun oft alleine oder mit Freundinnen unterwegs. Ferdinand wird plötzlich bewusst, dass sie beide keine tiefe emotionale Verbindung haben. Ja, dass sie dies – ehrlicherweise – nie wirklich hatten. Er hat es nie vermisst, in all den Jahren. Nun jedoch, in dieser Krisenzeit, würde er es schätzen, emotionale Zuwendung zu erhalten. Vielleicht sogar wieder einmal in die Arme genommen zu werden. Doch die Frau bleibt freundlich distanziert. So wie immer.

Ferdinand hat viel Zeit zum Nachdenken und Stück für Stück wird ihm das dahinter seines Lebens bewusst. Kein schöner Anblick!

Wird er hinschauen?

- Auf seine Ehe, die ehrlicherweise längst Zweckgemeinschaft geworden ist?
- Auf seine Angst vor echter Intimität und damit seiner jahrelanger Weigerung emotionale Nähe zuzulassen?
- Gleichzeitig jedoch auch auf sein Bedürfnis, nach genau dieser so lange verweigerten, weil Angst geprägten, emotionalen Nähe und Intimität?

Ferdinand ist nun frei in seiner Entscheidung, ob er hinschauen und damit aufräumen will, oder auch nicht. Eine Weigerung, sich seinem Dahinter zu stellen, wird ihn allerdings vermutlich nicht wirklich glücklich machen.

Viele Menschen erleben derzeit ähnliche Geschichten: das Leben nimmt scheinbar weg und zwingt die Betroffenen damit in die Auseinandersetzung mit sich selbst. Ein scheinbarer Verlust, der doch in Wahrheit ein Geschenk ist.

Wir leben – halb unbewusst - oft alle möglichen Strategien, um uns weiterhin problemlösend an der Oberfläche bewegen zu können. Wir fühlen uns als Opfer des Schicksals, zum Beispiel. Oder beschreiben bis ins kleinste Detail, wie sich unser Partner verhalten müsste, damit es uns endlich gut gehen würde. Sind wir jedoch ehrlich mit uns selbst, müssen wir uns eingestehen, dass dies alles Ablenkungen sind, um nicht hinzuschauen zu müssen. Alles, was uns begegnet in unserem Leben, hat etwas mit uns selbst zu tun. Und es lohnt sich sehr, damit zu beginnen, ehrlich zu sein. Wirklich ehrlich hinzuhorchen und hinzusehen und dabei wahrzunehmen, was da ist, in uns drin. Idealerweise bevor uns das Leben „eine Krise schenken muss“.

Unser Umfeld wird uns nun mehr und mehr zum Spiegel;

- Die Zahl auf unserem Konto zeigt, wie wertvoll wir uns selbst fühlen.
- Die Art und Weise wie Menschen mit uns umgehen, zeigen, wie wir selbst mit uns umgehen.

Unser christlich geprägtes Denken hat uns in der Vergangenheit manchmal etwas sehr auf die Mitmenschen fokussieren lassen. Doch es benötigt eben beides: ein respektvoller und wertschätzender Umgang mit unserem Umfeld und ein respektvoller und wertschätzender Umgang mit uns selbst. Und manchmal muss uns die (tiefe) Zahl auf unserem Konto oder der (unschöne) Umgang unserer Mitmenschen mit uns, uns auf genau diese Tatsache aufmerksam machen.