

Gabriele-Saskia Drungowski

Im Raum der Möglichkeiten

**Eine wahrhaft magische Reise in die innere
Welt**

Band 1

Copyright: © 2016 Gabriele-Saskia Drungowski

Lektorat: Erik Kinting / www.buchlektorat.net

Satz: Erik Kinting

Cover: Angelika Mayerhofer

Verlag: tredition GmbH, Hamburg

Printed in Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

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

abrufbar.

Für meinen geliebten Mann,
der irgendwo in einem zukünftigen Raum
sehnsüchtig auf mich wartet.

Inhalt

Bei der Lesung	5
Begegnung mit alten Gedanken	20
Sehnsucht.....	23
Im Raum der Möglichkeiten.....	27
Ajuna	38
Meine persönliche Ausdehnung.....	46
Im Raum der Traurigkeit	57
Gedankenmüll	70
Raum der Sucht	96
Der Raum des Glücks.....	119
Geborgenheit	146
Seelenplanungsraum.....	156
Zusammenhänge.....	191
Raum der Angst	198
Raum der Heilung.....	213
Zwischenraum.....	236
Panik.....	250
Raum der inneren Entscheidung	255
Die wahre Realität	272

Der Planet braucht keine erfolgreichen Menschen mehr. Der Planet braucht dringend Friedensstifter, Heiler, Erneuerer, Geschichtenerzähler und Liebende aller Art.

Dalai Lama

Bei der Lesung

»Bewusstheit ist der Schlüssel, Dankbarkeit der Motor und Liebe das Ziel.« Wieder einmal endete die Lesung mit diesem Zitat aus meinem Buch.

Langsam schaute ich auf und sah das Publikum an. Irgendwo begann jemand zu klatschen und dann folgten alle. Ich stand artig auf und bedankte mich. Geduldig wartete ich, bis der Applaus verebte.

»So, wer gerne möchte, kann jetzt Fragen stellen. Ich schau mal, ob ich sie Ihnen beantworten kann ...«

Ein paar Leute aus der ersten Reihe lachten mich an. Eine Dame mit wunderschönen Haaren hob zögernd die Hand.

»Ja, bitte? Und keine Angst, ich beiße nicht ...«

Auch sie lachte jetzt. Freundlich, mit fester Stimme fragte sie mich: »Ist das, was Sie da geschrieben haben, eigentlich autobiografisch? Es klingt so, als ob Sie es selbst erlebt hätten und als Sie gerade vorlasen, waren Sie an einigen Stellen sehr gerührt. Das wäre für mich jetzt ein eindeutiges Zeichen, dass Sie es gut nachvollziehen können ...«

Bingo, dachte ich, wieder mal die Frage nach der Autobiografie. Jeder wollte wissen, ob ich das nun wirklich selbst bin, diese Romanfigur, oder ob sie nur erfunden ist.

Ich schaute der Fragestellerin direkt in die Augen und sagte dann: »Sie haben schon recht. Das meiste, was in diesem Roman vorkommt, habe ich wirklich erlebt. Auch die Geschichten, die vermeintlich nicht so schön sind. Die Rahmenhandlung ist dann dazugedichtet.« Dabei malte ich kleine Anführungszeichen mit den Fingern in die Luft. »Wobei da auch wiederum einiges aus meinem Leben mit einfließt. Aber viele Figuren sind einfach frei erfunden ...« Ich lächelte die Dame mit der Löwenmähne an und stellte fest, dass sie mit

dieser Antwort zufrieden war.

Jetzt müsste eigentlich die Frage nach Peter kommen, einem meiner Protagonisten ...

Und schon ging wieder eine Hand hoch: Eine Frau um die vierzig, chic gekleidet, dezent geschminkt, sehr elegant, erhob sich und stellte dann ihre Frage: »Sagen Sie mal, ist dieser Peter auch autobiografisch oder ist der frei erfunden?«

Da war sie, so wie ich es erwartet hatte. Ich kicherte ein wenig: »Das war mir klar, dass dies die nächste Frage sein würde.« Ich zwinkerte ihr zu. »Nein, Peter gibt es so nicht in meinem wirklichen Leben, aber irgendwie habe ich da offensichtlich den Nerv der Frauen getroffen. Anscheinend wünscht sich jede so einen Peter. Er ist ja auch besonders toll: einfühlsam, naturverbunden, gut aussehend, alleinerziehender Vater, also ein Mann, der Sorge trägt für das Wohl anderer und – sozusagen als kleiner Kick obendrauf – er ist ein bisschen frech ... Glauben Sie mir, Sie sind nicht die Erste, die nach Peter fragt.«

Etwas verlegen setzte sich die Dame wieder hin. »Schade«, sagte sie dann, »ich hätte gerne seine Telefonnummer gehabt ...«

Ich lachte sie an: »Ich wünsche Ihnen einen von diesen Prachtkerlen des Lebens. Ich wünsche Ihnen von ganzem Herzen Ihren eigenen Peter!«

Jetzt lachten alle im Raum. So liebte ich das, völlig locker, im Plauderton mit dem Publikum.

Dann stand ein Mann auf, groß, kräftig wie ein Bär. Mit tiefer Stimme fragte er: »Ich habe auch Ihr Handbuch zum Lebensmosaik gelesen, können Sie einmal erklären, was das mit dem *Raum der Möglichkeiten* auf sich hat? Das würde ich sehr gerne einmal genauer wissen ...« Er blickte mich erwartungsvoll an.

Das war aber einmal eine besondere Frage und, wie ich

innerlich lächelnd feststellte, eine wichtige noch dazu. »Oh, natürlich, gerne!« Ich holte tief Luft. »Der Raum der Möglichkeiten ist eine geführte Meditation, in der man quasi unmittelbaren Kontakt mit seinen unbewussten Anteilen aufnehmen kann. Hier erhält man alle Informationen, die man momentan benötigt, um weiter seinen eigenen Weg zu gehen. Man lernt auch, dass hinter dem vermeintlich Negativen eigentlich nur eins steckt: eine wertvolle Information! Wir wissen ja: Alles trägt auch immer ein großartiges Geschenk in sich.«

Ein kleines Raunen ging durch die Zuhörerschaft.

»Natürlich«, fuhr ich unbeirrt fort, »muss man dies auch erkennen und dann annehmen wollen ... können ... dürfen.« Dies war ein Wortspiel, um all denjenigen gleich den Wind aus den Segeln zu nehmen, die bei der kleinsten Erwähnung des Wortes *muss* sofort lautstark protestierten. »Aber wer es sehen kann, der verändert dadurch meist die Perspektive, von der aus man die Dinge, die Muster, die alten Dramen betrachtet.«

Der Bär fragte schnell dazwischen: »Ja, aber wie machen Sie das? Sie führen die Menschen in bestimmte Räume? Und geben Sie dann vor, was sie da erwartet?«

Ich schmunzelte: »Ich mache in den Räumen keine Vorgaben, ich führe die Menschen nur bis vor die, meist selbst gewählte, Tür oder den Schleier oder was auch immer sie da kreierte haben als Abgrenzung zu den einzelnen Räumen.« Ich wandte mich dem Mann direkt zu und schaute ihm tief in die Augen: »Wissen Sie, wenn ich die Vorgaben machen würde, dann wäre das ja mein Raum und nicht der des Menschen, der dort seine Antworten sucht. Jeder hat dort seine eigene Gestaltung, weil jeder ganz individuell ist, verstehen Sie?«

Der Mann nickte.

»Manchmal führe ich zu bestimmten Übungen in ganz besondere Räume, die heißen dann *Raum der Heilung*, für

Menschen, die gerade an einer bestimmten Krankheit laborieren, oder *Raum der Beziehung*, für Menschen, die einfach nicht begreifen können, was momentan los ist in ihrer Partnerschaft. Oder auch für solche, die schon lange allein leben und nicht verstehen können wieso. Ein ganz besonderer Raum ist auch der *Raum des Herzens*, hier begegnen ganz viele Teilnehmer oft ausgerechnet den Menschen, die sie niemals in ihrem Herzen vermuten würden. Das ist dann ein besonders großes Geschenk für den Einzelnen. Manche begreifen sofort, dass die Schwierigkeiten, die man mit diesem Menschen in der sogenannten *Realität* hat, eigentlich nur dazu da sind, um sie auf eine ganz besonders stark wirkende Energie aufmerksam zu machen – und vielleicht umzukehren, von diesem eingefahrenen Pfad. Der ganze Widerstand ist nicht dazu gedacht, sie zu verletzen, sondern sie wieder in Liebe auf den für sie richtigen Weg zu bringen. Ansonsten würde dieser Mensch, der ihnen da in ihrem *Raum des Herzens* begegnet, niemals dort sein! Das endet oft in derart tiefer Berührtheit und Verstehen, dass es mir nach all den Jahren, in denen ich mit diesem *Instrument* arbeite, immer noch die Tränen in die Augen treibt.« Ich lachte auf. »Ich würde sogar behaupten, es wird immer schlimmer ...«

Das Publikum lachte und der Bärenmann setzte sich und murmelte fast unhörbar ein »Dankeschön« vor sich hin.

Irgendwo aus der Zuhöreremenge drang die Frage nach vorne: »Können Sie uns das nicht einmal demonstrieren?«

Ich schaute ein wenig irritiert und versuchte, die Fragende auszumachen.

Eine weitere weibliche Stimme rief: »Oh ja, bitte, würden Sie das machen? Wir wären alle gespannt, wie das geht!«

Ich versuchte abzuwiegeln: »Das Ganze dauert fast eine Stunde und würde damit den Rahmen dieser Lesung deutlich sprengen. Es handelt sich hier um eine Tiefentrance, und die mache ich im

Gehen, dafür braucht man Platz. Außerdem weiß ich ja nicht, ob jeder dazu bereit ist ...«

Aber es wurden immer mehr Stimmen, die darum baten. Was sollte ich nur tun? So etwas hatte ich noch nie außerhalb meiner Seminare gemacht. Es waren ja auch zu viele Menschen im Raum und ich hatte niemanden dabei, der mit darauf achten konnte, dass sie sich während der Meditation nicht anrempelten. In meinen Seminaren habe ich höchstens 20 Teilnehmer und dann noch ein, zwei Begleiter, die genau wissen, was zu tun ist. Hier in diesem Saal waren mehr als 100 Personen.

Aber die Bitten ließen nicht nach.

»Sie können diese Meditation auch auf CD kaufen, ich habe sie dabei«, war mein letzter Versuch, diesem Massenexperiment zu entrinnen.

Es half alles nichts: »Wenn wir Sie schon einmal hier haben, dann wäre es doch super, wenn Sie uns das persönlich erfahren lassen!« Und: »Wir helfen auch beim Wegräumen der Stühle ...« Und das taten sie dann auch sogleich.

Ich war völlig überrumpelt. Aber dann entschied ich mich etwas Struktur in die ganze Sache zu bringen und rief laut in den Raum: »Okay, okay, Sie haben mich überzeugt. Bitte stellen Sie alle Stühle so an die Seite, dass keiner darüber stolpern kann. Wer gern sitzen möchte, der setzt sich bitte bequem hin, wer tigern möchte, bleibt in der Mitte stehen.«

»Tigern? Was ist das?«, fragte eine junge Frau, die mich dabei neugierig ansah.

»Das ist eine Art meditatives Gehen, ganz langsam, und wenn es geht, mit geschlossenen Augen, trotzdem immer achtsam auch auf die anderen Menschen hier im Saal achtend, damit es zu keinen Zusammenstößen kommt«, war meine Antwort. »Wer während der Meditation spürt, er möchte lieber sitzen oder gar liegen, der soll das bitte völlig eigenständig tun.«

Mein Gott, wo sollen die sich denn hinlegen? Es gibt keine Decken ... Ich dachte schon wieder viel zu viel für die anderen. Altes Schema! *Da bist du wieder,* begrüßte ich es in Gedanken. Also ließ ich es los. Alle hier waren erwachsen und sollten schon für sich selber sorgen können.

Ich schaute mich um. Die Veranstalterin der Lesung, Angelika Bernauer, saß etwas am Rand auf einem Stuhl und lächelte mich verschmitzt an. In diesem Moment fiel mir auf, dass sie es war, die mich aufgefordert hatte, die Meditation zu machen.

Na warte, dachte ich und ging zu ihr: »Angelika, du kannst nicht mitmachen, ich brauche dringend jemanden, der mit mir darauf achtet, dass sich die Leute nicht umrempeln. Das hast du nun davon!« Ich zwinkerte ihr zu.

Etwas schmollend stand sie auf: »Aber dann müssen die zwei anderen auch helfen«, sagte sie trotzig.

Die *anderen* waren ihre Freundinnen, die allesamt die Idee zu dieser Veranstaltung geboren und sie auch letztendlich zusammen in die Tat umgesetzt hatten.

»Noch besser«, sagte ich, »das sind einfach zu viele Leute. Ohne Hilfe geht es nicht!«

Ich erklärte den drei Frauen kurz, auf was sie achten mussten und wie und wann sie eventuell eingreifen sollten. »Bitte nicht heftig agieren, nur ganz, ganz sanft und die Leute auch nur mit ein, zwei Fingern berühren, niemals an die Hand nehmen und sie in eine entgegengesetzte Richtung führen. Die sind alle auf ihrem eigenen Weg und wollen dort auch bleiben.«

Alle drei nickten.

»Ich kann euch trösten, ihr macht die Reise quasi auch mit, nur aus einer anderen Perspektive. Aber die ist mindestens genau so spannend. Beobachtet einfach einmal, welche Menschen immer zueinanderfinden und welche sich immer wieder im Weg stehen. Das ist spannend, sage ich euch!«

Das tröstete sie ein wenig und ich spürte ihren Eifer, diese

Aufgabe besonders aufmerksam zu erfüllen.

Gut, dachte ich. Das war eine große Hilfe.

Ich schaute mich um. Da stand ich nun, inmitten von Leuten, die eigentlich gerade noch meine Zuhörer waren, in einem kleinen Saal eines romantischen Hotels im Allgäu. Ich, Gabriele-Saskia Drungowski, Mitte 50, meines Zeichens Autorin und Seminarleiterin mit immer wachsender Teilnehmerzahl und vielen Terminen, so wie ich es mir immer gewünscht hatte. *Das haste jetzt davon*, dachte ich. *Warum musst du auch immer wieder solche Experimente machen ...* Irgendwie konnte ich nicht anders, ich zog diese Sachen einfach automatisch in mein Leben. Ich grinste in mich hinein, dann wandte ich mich den Menschen im Raum zu.

Langsam hörte das große Räumen auf und es wurde ruhiger. Anscheinend hatte sich mehr als die Hälfte zum Sitzen entschieden, was mir ungemein entgegenkam. »Bitte machen Sie nur so weit mit, wie es Ihnen angenehm ist, achten Sie auf sich und wer eigentlich gar nicht möchte, sollte es auch unbedingt lassen!«, sprach ich sie an.

»Na gut«, hörte ich eine erleichterte Männerstimme vom Rand, »ich möchte so etwas gar nicht machen!«

Ich lachte. »Warum tun Sie es dann? Gehn Sie, wenn Sie wollen, oder setzen Sie sich ganz an die Wand und bleiben Sie, aber hören Sie auf sich! Hören Sie auf Ihre Gefühle!«

»Kann ich mich dorthin setzen?« Er zeigte ganz hinten zur Tür, dort standen auch ein paar Stühle.

»Klar doch, machen Sie das!«

Er trottete sichtlich beschämt, ob der großen Aufmerksamkeit, die er auf sich gezogen hatte, davon. Ein weiterer Mann und zwei Damen taten es ihm gleich, sie verließen geschlossen den Raum.

Gut, dachte ich. Es war wirklich nicht in meinem Sinne, wenn sich jemand gezwungen fühlte, hierbei mitzumachen. »Ich habe

jetzt keine Musik, das muss eben auch mal ohne gehen. Wie schon gesagt«, sagte ich noch einmal bestimmt in die Menge, »Sie achten selbst auf sich und folgen der Meditation nur, soweit es wirklich angenehm für Sie ist! Ist das alles verstanden worden? Gibt es noch Fragen?«

Aber alle nickten nur, sie wollten endlich anfangen. Anscheinend kannten viele unter ihnen schon geführte Meditationen, was ja eigentlich nicht verwunderlich war, da es diese schon ewig lange in allen Variationen gab.

Nun denn. »Bitte, kann jemand das Licht mal runterdrehen?«

Angelika rannte zur Tür und dimmte das Licht. Es ergab sich daraus eine warme, wohlige und schwache Beleuchtung. Genug Licht um etwas zu sehen und dunkel genug, um sich nicht von der Helligkeit ablenken zu lassen.

»Ich bitte Sie jetzt, sich großzügig im Raum zu verteilen, natürlich die, die stehen.« Die anderen bat ich noch einmal zu schauen, ob sie bequem saßen. »Sie können gern für die Dauer der Meditation ihren Gürtel öffnen oder den Hosenknopf, damit Sie nicht eingeengt sind. Alle fertig?«

Erwartungsvolles Nicken von allen Seiten.

»Dann schließen Sie bitte Ihre Augen. Und dann nehmen Sie einen tiefen Atemzug und wenn Sie in der Mitte stehen, setzen Sie sich langsam in Bewegung.«

Kaum hatte ich damit angefangen, fühlte ich dieses Wohlbehagen in mir aufkommen, das ich immer hatte, wenn ich das tat, wenn ich ganz aus mir herauskam – wo ich wirklich zu Hause war. Ich liebte dieses Gefühl, es war mir inzwischen ein stetiger Begleiter in meiner Arbeit geworden. *Danke!*, sagte ich leise in mein Innerstes.

»Gehen Sie ganz langsam, so langsam Sie können vorwärts und atmen Sie einmal ganz tief ein ... und werden dadurch noch ein bisschen langsamer. Gehen Sie weiter und nehmen Sie wieder einen tiefen Atemzug, der Sie noch einmal viel langsamer

macht und bei dem Sie noch tiefer in sich hineinsinken ...«

Ein wohliges, sehr vertrautes Gefühl kam über mich. Eine unbeschreibliche Freude und Tiefe durchdrang jede Zelle meines Körpers. Diese Arbeit war wirklich wundervoll, wenn man das überhaupt als *Arbeit* bezeichnen konnte. Auch ich atmete tief und ging ganz langsam mit im Kreis. Meine Stimme wurde ruhiger und langsamer. Atmen! Ich führte diese Menschen in ihr Innerstes, in ihre ureigene Welt, zum Mittelpunkt ihrer Seelenräume. Zuerst über eine Blumenwiese, bis hin zu dem riesigen Gebäude, das diesen wichtigen Raum in sich beherbergte: den Raum der Möglichkeiten. Dieser Ort besteht fast nur aus Türen; Hunderten, ja vielleicht Tausenden in allen Formen und Variationen, in allen Farben und Materialien in allen Größen und Mustern. Jeder Mensch hat für sich dort seine eigenen individuellen Bilder und niemand, wirklich niemand hat genau dieselben wie ein anderer.

Ich atmete wieder tief und bemerkte, wie diese große Gruppe um mich herum sich immer mehr einließ auf ihre Räume. Ich war jedes Mal wieder aufs Neue erstaunt über dieses Vertrauen, das die Menschen in meine Stimme hatten. Sie ließen sich ein, allesamt. Ich hieß sie, sich in ihrem Raum der Möglichkeiten umzusehen, damit sie merkten, wie viele Möglichkeiten in ihnen vorhanden waren. Möglichkeiten, die sie gerade jetzt hatten, schon immer hatten und jemals haben werden. Ich nahm das Erstaunen Einzelner im Außen wahr. Aber war es wirklich das Außen?

Ich selbst war dabei versunken in der Energie der Gruppe. Ich konnte während dieser Meditation in Kontakt mit einigen Teilnehmern gehen und dabei ihre inneren Bilder und ihre Gefühle wahrnehmen. Manchmal fügte ich dann ein Detail hinzu, das ich gerade gesehen und gespürt hatte, damit alle dran teilhaben konnten. Später erzählten sie mir dann aufgeregt, zum Beispiel: »Lange bevor du das mit dem Brunnen

gesagt hast, hatte ich ihn schon gesehen ...« Dabei war es doch umgekehrt. Dieser Gedanke ließ mich lächeln, ganz liebevoll. Ich erzählte, dass an jeder Tür ein Schild angebracht war, das die Energie benannte, die dahinter wohnte. Liebe, Geborgenheit, Mut, Selbstvertrauen aber natürlich auch Schilder mit Krankheit, Aggression, Streit und Einsamkeit. Ich machte den Teilnehmern klar, dass hinter jeder Tür eine wichtige Information auf sie wartete und dass es hier in den eigenen inneren Räumen kein Urteil mehr gab. So hob sich auch der Unterschied zwischen dem vermeintlich Positiven und dem vermeintlich Negativen auf. Es gab nur Informationen, wichtige Informationen. Ich schaute mich um und bemerkte, dass es für einige schwer war, das zu verarbeiten. Mir war es wichtig, dass sie es einmal gehört hatten: Es gab kein wirklich Positives und kein wirklich Negatives, es gab nur Information! Und mit der ließ ich sie eine Weile alleine in ihrem Raum – zum nächsten Schritt auf dem ureigenen Weg.

Ich atmete langsam und tief weiter und bewegte mich durch die Gruppe. Manchmal tippte ich jemanden ganz vorsichtig an, der gerade vor einem Stuhl oder einer Säule stand, oder ich versuchte sanft, die Menschenknäule zu entwirren, die sich manchmal zusammenfanden, sodass jeder wieder seiner Wege gehen konnte.

Einige fanden immer wieder zusammen, egal wie oft man sie voneinander löste. Diese Menschen ließ ich in Ruhe, die hatten etwas gemeinsam, das ich gar nicht erkennen konnte. Sie zogen sich quasi immer wieder an. Es war immer wieder berührend, was dabei passierte. Ehemals fremde Menschen liefen mit geschlossenen Augen ganz langsam durch einen Raum oder saßen am Rand und waren doch so sehr miteinander verbunden, wie es nicht so häufig da draußen in der realen Welt vorkam. Nicht so spürbar zumindest. Immer wieder ließ ich mich davon ergreifen. Tränen standen in meinen

Augen. Ich wechselte einen Blick mit meiner Helferin Angelika und schaute ihr direkt ins Herz. Wenn man ganz bei sich ist, entsteht Liebe. Das war mir schon lange klar. Auch Angelika hatte Tränen in den Augen. Bedingungslose Liebe ...

Dann führte ich die Menschen weiter zu einer ganz bestimmten Tür: der Tür zum nächsten Schritt auf ihrem ureigenen Weg. Erfahrungsgemäß gingen manche direkt in eine der Energien, die da hinter den Türen auf sie warteten. Andere nahmen das Schild wörtlich und ließen sich überraschen, was hinter *dem nächsten Schritt auf dem ureigenen Weg* zutage kam. Manche fingen dabei an zu weinen, sie hatten wohl berührende Begegnungen.

Ich blieb vor einer Frau stehen, der Tränen die Wangen herunterliefen. Eine meiner Helferinnen wollte ihr ein Taschentuch reichen, doch ich stoppte sie. Die Frau sah nicht aus, als ob sie die Tränen störten, sie war tief versunken. Es würde sie nur wieder etwas mehr in die Realität bringen, wenn man Einfluss von außen nehmen würde. Die besorgte Begleiterin verstand sofort. Ich dankte ihr mit einem Kopfnicken.

Ich sprach dann weiter und ließ die Gruppe noch einige Erfahrungen sammeln in diesem selbst gewählten Raum. Es war wirklich etwas Besonderes, diese Reise mit so vielen Menschen machen zu dürfen. Wir profitierten alle davon. So durfte ich ständig in dieser besonderen Energie verweilen, die nicht so alltäglich ist. Dadurch kam ich auch in meinem Leben immer besser zurecht, weil ich das Privileg hatte, mich so oft hier im Inneren aufzuhalten.

Ich schaute mich langsam im Saal um und empfand tiefe Dankbarkeit für diese wunderbare Arbeit. Immer wieder aufs Neue. Und obwohl ich kaum einen dieser Personen hier kannte, fühlte ich eine unendliche Verbundenheit zu jedem Einzelnen. Das waren die ganz besonderen Momente meines Lebens.

Wieder nahm ich einen Atemzug und bemerkte, dass manche es mir automatisch gleichtaten. Nachdem diese Menschen jetzt erfahren durften, was der nächste Schritt auf ihrem Weg war, hieß ich sie, noch einmal in den Mittelpunkt des großen Raumes zurückzukehren. Ich forderte sie auf, total großzügig alle Türen mit den Energien zu öffnen, die sie auf ihrem Weg unterstützen konnten, die sie benötigten, um weiterzukommen. Dann sollten sie alle Türen schließen, zumindest momentan, die die Energien bewahrten, die gerade nicht so nützlich waren. Dabei betonte ich jedes Mal, dass die Informationen dahinter genauso wichtig waren, wie alle anderen auch, bargen sie doch wertvolle Erkenntnisse in sich. Aber manchmal braucht man sie für den Moment einfach nicht.

Ich spürte deutlich das Umherlaufen in ihren inneren Räumen. Äußerlich war es allerdings nicht sichtbar. Ich ließ den Menschen immer genug Zeit, diese Dinge zu erledigen. Nach einer kleinen Weile nahm ich wahr, wie die Aktivitäten nachließen. Ich hieß sie noch einen Dank aussprechen, an all die vielen Möglichkeiten, die sie in sich trugen, und führte sie ganz langsam wieder zurück über ihre Wiese und zurück in den Vortragsraum.

Meine Stimme wurde fester: »Noch einen tiefen Atemzug, der Sie wieder den Boden des Raumes spüren lässt, in dem Sie diese Reise begonnen haben ... Beim nächsten tiefen Atemzug kehren Sie mit Ihrer gesamten Aufmerksamkeit zurück in die Realität ... Öffnen Sie die Augen ... Nehmen Sie den Raum mit vollem Bewusstsein wahr! ... Schnippen Sie mit den Fingern und stampfen sanft mit den Füßen auf. Willkommen zurück!«

Ich lief im Raum umher und vergewisserte mich, dass jeder wieder da war. Ich forderte einige auf, sich deutlicher abzuklatschen. Mit einem Mann ging ich stampfend im Kreis, bis auch er wieder völlig angekommen war.

»Wenn Sie bereit dazu sind, schreiben Sie unbedingt Ihre

Erfahrungen und Erlebnisse auf und trinken Sie ein großes Glas Wasser.«

Bei diesen Worten machte sich Angelika sofort auf den Weg zum Lichtschalter und fuhr das Licht langsam wieder hoch.

Ich schaute mich um. Die meisten Menschen waren noch ganz still in sich versunken.

Eine Frau fing an zu weinen, ich ging zu ihr hin. Sie gab schon beim Näherkommen ein Zeichen: »Alles in Ordnung! Ich bin nur so tief berührt!«

Ich streichelte ihr den Rücken und forderte sie auf, mit festen Schritten durch den Raum zu gehen. »Schnippen Sie sich mit den Fingern ab«, riet ich ihr und machte es ihr vor. »Das bringt sie wieder ganz hierher!«

Ich sah mich um, es gab noch einige Menschen, die auch weinten, aber keiner war in einen dramatischen Prozess gegangen. Ein wenig erleichtert ging ich von einem zum anderen.

»Wie wundervoll das war ...«, sagte eine Frau, die aussah, als ob sie so etwas schon oft erlebt hatte.

»Ja, das ist wahr!«, kam es von mehreren Seiten.

Alles war eher leise. Die meisten waren stark berührt. Wie schön! Ich kannte das ja aus meinen Gruppen, aber sicher noch nicht von so einer großen Menschenmenge.

Ein paar der Leute fingen ganz langsam an, sich gegenseitig zu erzählen. Ich ließ sie, es war schier unmöglich hier einen Gesprächskreis zu machen. Dafür würden wir Tage brauchen.

Ein Mann, der Bär von vorhin, kam langsam auf mich zu und nahm mich fest in seine starken Arme. »Danke«, brachte er heiser raus. Ich konnte auch seine Berührtheit sehen.

Wie wunderschön sind doch die Menschen, wenn sie ganz tief in ihr Inneres gesehen haben. In solchen Momenten spürt man, dass es keine oberflächliche Äußerlichkeit gibt, nur tiefe Verbundenheit. Das ist unser Urzustand, hier fühlt man, dass

wir wirklich eins sind, alles und jeder ist miteinander verbunden!

Ich setzte mich auf einen der freien Stühle und beobachtete die Szenen um mich herum. So ein Geschenk, das erleben zu dürfen. Immer wieder kam jemand zu mir und nahm mich entweder mit Worten oder ohne Worte in den Arm. Und nicht nur mich, irgendwie umarmten sich ganz viele. Menschen, die sich meist nicht gekannt hatten, waren sich auf eine Art vertraut, wie wir es meist nicht zulassen, wenn wir in der sogenannten *Realität* leben. Aber ist dies hier nicht eigentlich die wahre Realität? Ist dies nicht unser wahrer Kern?

Wir saßen an diesem Abend noch sehr, sehr lange zusammen und teilten das, was gerade in uns stattgefunden hatte. Tief beschenkt ging ich lange nach Mitternacht in mein Hotelzimmer. Ich war angefüllt mit viel, viel Liebe und saß wie ein verliebtes, junges Mädchen fast die ganze Nacht im Schneidersitz in meinem Bett und strahlte den Vollmond durch das Fenster an. Ich war durchdrungen von Glückseligkeit!

Begegnung mit alten Gedanken

Schon auf der Fahrt nach Hause meldete sich eine innere Traurigkeit. Ich war verwundert, kannte aber diesen Zustand inzwischen. Meist kam es nach außergewöhnlichen Erlebnissen zu dieser Art von Trauer. Bis zum heutigen Tag kann ich es nur unzureichend beschreiben, was sich da in mir tat. Es war ein Gemisch aus einer unendlich tiefen Sehnsucht, diese Schwingung, die ich gerade erfahren hatte, wieder herzustellen, und einer Mischung aus alten bekannten Mustern. Mustern, die mir leise aber eindringlich ins Ohr flüsteren: *Pah, alles zu schön um wahr zu sein ... Und wo bleibst du? Kommst jetzt nach Hause und keiner empfängt dich dort ... Alles nur Geschwätz ...* Ja, so hören sie sich manchmal an, meine inneren Zweifler. Meist wollen sie mir einreden, dass alles, was ich tue, für die Katz ist oder dass ich es sowieso nicht richtig kann. Sie waren sehr fordernd und gingen nicht gerade zimperlich mit mir ins Gericht. Aber nach so vielen Jahren inniger Verbundenheit mit all meinen minderwertigen Anteilen, kann ich sie meist gut handhaben. »Alle mal ruhig sein!«, befahl ich laut ins leere Auto rein. »Genug, ich lass mir von euch heute mal nicht die Stimmung vermiesen ...« Entschlossen versuchte ich, jeden dieser Gedanken zu stoppen. Um dem Ganzen eine andere Richtung zu geben, drehte ich das Radio auf. Zum Glück spielten sie gerade einen der Songs, die man wunderbar mitgrölen kann – was ich dann auch ausführlich tat. Wie ungemein befreiend das sein kann ... Ich habe einmal bei einem Seminar eines bekannten, amerikanischen Lehrers gehört, dass lautes Musikhören schädlich sein soll für die Seele. Das ist eine von den Behauptungen, die so etwas wie temperamentvolles Loslassen oder totale Ausgelassenheit stoppen, ja, sogar verurteilen können und demjenigen, der gerade genau das braucht, ein schlechtes Gewissen einreden will. Ich sage in