

Unser Leben bekommt eine völlig andere Qualität, wenn wir auf Menschen zugehen, die wir gern kennen lernen oder wiedersehen möchten.

Haben Sie schon einmal im Fernsehen gesehen, wie Menschen überrascht werden? Fast immer fallen sie den Überbringern dieser Überraschung vor überschäumender Freude um den Hals, obwohl es eine wildfremde Person ist. Da ist kein Vorbehalt – es ist reine Freude, die hochkommt.

Noch erstaunlicher ist es für mich zu beobachten, wie fast alle Personen in verschiedenen Sendungen wie „Versteckte Kamera“ oder „Verstehen Sie Spaß?“ sich zunächst sehr ärgern, manchmal sogar einen Wutausbruch erleiden. Aber in dem Moment, wo die Sache aufgelöst wird, geschieht genau das Gegenteil. Wupps! Der Schalter kippt um: Überraschung – Lachen – man fällt dem Moderator um den Hals! Innerhalb von Sekunden schlägt der Ärger ins totale Gegenteil um. Damit können wir uns am Bildschirm alle identifizieren, das können wir gut nachvollziehen.

Wenn so etwas aber möglich ist und andere für diesen Effekt sorgen können, warum fällt es uns dann so schwer, selbst den Schalter von Ärger auf Freude umzustellen? Warum soll das so schwierig sein?

Ich gebe zu, im realen Leben ist es nicht immer leicht, sofort von Ärger auf Freude umzuschalten, weil die Auflösung nicht sofort erfolgt. Wenn wir es jedoch schaffen, den Sinn in dem belastenden Ereignis zu erspüren, wird es uns von Mal zu Mal leichter fallen.

In diesem Zusammenhang berichte ich auf meinen Seminaren gern als Beispiel von Ina, einer guten Bekannten von mir. Sie hatte ein Seminar bei mir besucht und mich dort um ein Gespräch gebeten.

„Gila“, eröffnete Ina die Unterredung, „ich habe inzwischen gelernt, zu mir selbst zu stehen. Ich lebe seit acht Jahren mit meinem Lebensgefährten zusammen. Wir sind beide Singles – uns geht es finanziell sehr gut, wir haben beide eine anspruchsvolle Position und ansonsten keine familiären Verpflichtungen. Vor ein paar Monaten haben wir ein sehr schönes Haus gemietet. Alles könnte gut sein, aber ich merke, meine Liebe zu ihm ist auf der Strecke geblieben. Immer wieder habe ich versucht, das zu ändern, aber es ist nicht mehr das, was ich wirklich vom Leben erwarte. Nur – ich kann mich nicht entscheiden.“

„Was möchtest du nun von mir wissen, Ina?“

„Ich weiß, dass du mir keinen Rat geben kannst, was ich tun soll.“

„Richtig“, erwiderte ich. „Ich kann und werde dich keinesfalls ermuntern, dich von deinem Partner zu trennen oder bei ihm zu bleiben. Das kann nur deine eigene Entscheidung sein. Vielleicht wartest du einfach mal ab, bis du wieder zu Hause bist. Oft passiert es, dass du durch die Kraft, die du hier auf dem Seminar auf tankst, auch eine persönliche Veränderung erfährst und du deinem Partner ganz anders gegenüber trittst. Die Entscheidung jedoch, Ina, musst du immer selbst treffen. Niemand kann sie dir abnehmen. Welchen Entschluss du auch fasst: Dein Leben geht weiter in die Richtung, die du vorgibst.“

Abschließend bat Ina: „Darf ich dich anrufen, wenn ich mal einen Rat brauche?“

Ich nickte, und sie verließ mich sehr nachdenklich.

Kurze Zeit später kam dann wirklich ein Anruf von ihr.

„Gila, bei mir hat sich so einiges ereignet. Nach dem Seminar bin ich in mich gegangen und habe mich nach reiflicher Überlegung entschieden, mich zu trennen. Als ich dies dann meinem Freund schonend beibringen wollte, reagierte er völlig verständnislos. Es gab einfach keine Möglichkeit, mit ihm sachlich und vernünftig über unsere Situation zu reden. Er sieht nur seinen Verlust und die tiefe Verletzung, die ich ihm zufüge. So bin ich gestern in einer Nacht- und Nebelaktion ausgezogen – nur mit den nötigsten Dingen.“

„Wo wohnst du jetzt?“

„Bei meinen Eltern – bis ich etwas Neues finde. Aber ich wollte dir nur sagen – ich habe mich entschieden! Ich habe mein Leben selbst in die Hand genommen! Es geht mir zwar

irgendwie nicht gut im Moment, aber andererseits hervorragend, weil ich jetzt weiß: Ich habe nach meinem Herzen gehandelt.“

Ina hatte ihre Entscheidung getroffen. Wie sehr dieser Entschluss ihr Leben beeinflussen sollte, berichtete sie mir einige Zeit später.

„Gila, alles steht Kopf bei mir. Stell dir vor – vor drei Monaten habe ich einen neuen Arbeitskollegen aus dem Außendienst kennen gelernt. Komisch, es hat sofort gefunkt zwischen uns. Das musst du dir mal vorstellen! Ich hatte wieder Schmetterlinge im Bauch ...!“

„Schön, nicht?“ lachte ich ins Telefon.

„Ja, jetzt kommt's! Es dauerte eine Weile, bis ich merkte, es waren nicht nur die nur Schmetterlinge, die bei mir im Bauch kribbelten, das Ganze hatte sogar Hand und Fuß. Ich mit meinen vierzig Jahren erwarte mein erstes Baby!“

Was für eine schöne Nachricht! Ina gab mir ihre neue Anschrift durch und hörte sich so froh und begeistert an. Ich konnte förmlich spüren, wie gut es ihr ging. Sie erzählte noch einiges von dem neuen Mann in ihrem Leben, bevor sie das Gespräch beendete. Und ich freute mich mit ihr.

Kurze Zeit später jedoch erhielt ich einen Anruf von ihr, in dem sie sich sehr deprimiert anhörte.

„Ich habe ein Problem, Gila. Wir haben vor kurzem geheiratet. Du weißt ja, wir leben auch seit ein paar Monaten zusammen. Das Problem liegt darin, dass mein Ex-Partner mir keine Ruhe lässt, obwohl er weiß, dass es kein Zurück zu ihm gibt.“

„Was macht er?“

„Nun, ich habe dir ja erzählt, dass wir uns vor acht Monaten zusammen ein Haus gemietet hatten, in dem ich ja nur kurz wohnte, weil ich dann ausgezogen bin.“

„Richtig“, bestätigte ich.

„Jetzt kommt mein damaliger Freund auf mich zu und will auch weiterhin die Hälfte der Monatsmiete von mir haben. Aber als ich ihn bat, sich doch ein anderes Zuhause zu suchen, er allein brauche kein Einfamilienhaus mit mehr als 150 qm, teilte er mir mit, wir hätten einen Fünf-Jahres-Vertrag abgeschlossen. Niemand könne ihn zwingen, vor dieser Zeit auszuziehen. Für die restlichen Jahre habe er Anspruch auf die Hälfte der Miete.“

„Und jetzt musst du zahlen, nicht?“

„Ja, Gila, ich habe keine andere Chance. Aber was mich an der ganzen Sache so ärgert, ist, dass er nicht freiwillig das Feld räumt. Er weiß inzwischen von meinem Baby und dass ich deswegen meine Tätigkeit aufgeben muss. Dadurch kommt auch finanziell einiges mehr auf mich zu. Und jedes Mal, wenn der Betrag – und der ist nicht niedrig – von meinem Konto abgebucht wird, bin ich wütend und zornig. Was kann ich tun, dass sich das ändert?“

„Was soll sich ändern, Ina, dein Gefühl oder die Situation?“

„Am besten beides“, erwiderte sie, schon wieder etwas lockerer.

„Schau mal, du weißt inzwischen, dein Gefühl ist ausschlaggebend, wie du eine Situation siehst. Du schaust auf deinen Kontoauszug und ärgerst dich! Deiner Meinung nach zu Recht. Ina, du weißt, ich spreche in meinen Seminaren immer wieder darüber, dass jede Ursache eine Wirkung hat, aber auch jede Wirkung eine Ursache.“

„Ja“, räumte sie ein, „ich weiß ja, durch meine Unterschrift des Mietvertrages habe ich dieses Problem verursacht.“

Ich dachte einen Moment nach und entgegnete dann: „Darauf will ich jetzt gar nicht hinaus. Mir geht es eher darum, diese Situation einfach anzunehmen, aber du selbst kannst entscheiden, ob du sie mit Ärger oder mit Freude annimmst.“

„Mit Freude? Darüber soll ich mich freuen?“

„Nicht wie du denkst, Ina. Stell dir jetzt mal vor, du lässt die Beweggründe deines Freundes mal außer Acht. Du betrachtetest jetzt nur mal die Abbuchung wertfrei als Kontobuchung. Wenn du die geistigen Gesetze wirklich verstehen willst, dann spür mal in folgenden Gedanken hinein: Kann es nicht sein, dass du jetzt die Wirkung einer Ursache, an die du dich vielleicht

gar nicht mehr erinnerst, präsentiert bekommst? Hier höre ich öfters den Einwand, ob das nicht zu einfach sei, es so zu sehen. Meiner Meinung nach, Ina, verlassen wir jedoch damit die Opferrolle, um Verantwortung für unser Denken und Handeln zu übernehmen.

Stell dir vor, es gibt ein karmisches Konto im Universum. Du hast dort einen Kredit aufgenommen. Jetzt zahlst du ihn monatlich zurück und bist glücklich, dass du es schaffst. Bei jeder Zahlung bist du dankbar, dass es von Mal zu Mal weniger wird. *Das* Gefühl, Ina, ist wichtig – mit *dem* Gefühl musst du an die Rückzahlung herangehen und deinen Fokus auf Freude setzen.“

Eine ganze Weile blieb es still am Telefon, und ich spürte förmlich, wie diese Worte auf sie wirkten.

Dann brach es aus ihr heraus:

„Whow – das ist die Lösung, Gila! Das ist die Lösung!“

Keine acht Wochen später rief sie mich überglücklich an und berichtete: „Gila, ich habe heute ein Schreiben von meinem damaligen Freund erhalten. Er teilt mir mit, dass er Nachmieter für das Haus gefunden hat und in vier Wochen auszieht!“

Was hatte dieses Ereignis spiritueller Bedeutung? Mit dunklen Energien – wie ihrem Zorn und Ärger – hatte sie ihren Freund unbewusst festgehalten. Erst als sie ihren Fokus veränderte, konnte sie ihn loslassen. Somit war er nicht mehr resonanzfähig für ihre destruktiven Gefühle. Ihre positive Sichtweise und dementsprechende Schwingung hatten ihm den Nährboden für seine Vergeltung entzogen und damit auch die Grundlage für seine negative Reaktion.