

PROLOG

„Wer spricht da eigentlich?“

Wenn du das hier schon liest,
dann bist du bereits ein kleines Stück weiter als viele andere.
Denn du hast es zugelassen – das Nachdenken, das Innehalten, das Fühlen.
Und allein dafür darfst du dir Anerkennung schenken:
Du pflegst einen offenen Geist.
Du hast dich nicht abgewendet – du bist bei diesem Buch geblieben.
Und das allein zeigt: Irgendetwas in dir ist bereit. Bereit, sich selbst zu begegnen.

Ich schreibe dieses Buch nicht, weil ich eine Antwort habe.
Ich schreibe, weil ich nicht mehr so tun will, als hätte ich nie gefragt.

Was du hier liest, ist kein abgeschlossenes Weltbild.
Es ist ein offener Denkprozess.
Ein Versuch, meine eigene Entwicklung zu verstehen – und sichtbar zu machen.
Mit all ihren Widersprüchen, Sackgassen und Wendepunkten.
Mit allem, was wehgetan hat.
Und allem, was gewirkt hat.

Denn ich glaube nicht, dass Wahrheit sich objektiv erkennen lässt.
Sie zeigt sich nur durch das, was sie in uns verändert.
In unserem Denken, in unserem Fühlen, in unserem Handeln.
In dem, was wir zulassen – und was wir loslassen.

Ich weiß, dass ich euer Leid nicht nehmen werde. Und nicht nehmen kann.
Aber vielleicht kann ich etwas bewegen: Nicht das Leid – sondern die Sicht darauf.
Denn ich glaube, dass nicht das Leid allein bestimmt, wie wir leben –
sondern wie beweglich unser Bewusstsein bleibt, während es wirkt.
Nur diese innere Beweglichkeit macht Heilung in dieser Welt überhaupt möglich.

Und wenn der eigentliche Schmerz oft daraus entsteht, dass wir Verrat ertragen haben –
ohne je Bedingungen dafür ausgesprochen zu haben,
dann leben wir längst in einem stillen System von unausgesprochenen Erwartungen.
Ein System, das Benehmen nennt, was eigentlich Anpassung ist.
Und Verhalten normiert, ohne je gefragt zu haben,
was ein Mensch in seiner Geschichte, seiner Lage, seinem Moment überhaupt leisten kann.

Wer diesem System nicht entspricht, ist nicht verhaltensgestört –
er ist vielleicht einfach nur ehrlich. Oder noch nicht fertig mit seinem inneren Lernprozess.
Und das ist kein Defizit. Sondern eine Gelegenheit. Für ihn – und für uns.

Ich kann euch höchstens erklären, wie mein Leid funktionierte.
Warum es einmal so tief saß – und warum es heute nicht mehr so weh tut.

Wie ich zu der oder dem gefühlt habe.
Wie ich damit umging – und wie es sich wandelte.

Denn jeder geht anders damit um. Jeder braucht anders Zeit.
Und das ist kein Versagen, sondern ein Rhythmus.
Ein Bio-Rhythmus, der dich trägt – wenn du ihn nicht bekämpfst.
Jeder Mensch hat seinen eigenen Takt zu dieser Welt.
Und das Mindeste, was wir tun können, ist, ihn nicht zu unterbrechen.

Ich habe mir von Tag eins an gesagt: Jeder Fehler ist eine Chance zu lernen.
Einmal, wie es nicht geht. Und einmal, wie es besser geht –
aus eigenem Wohl und im Interesse meiner selbst.
Fehler sind keine Endpunkte, sondern Umleitungen.
Und manchmal führen sie genau dorthin, wo man nie hingeschaut hätte –
wäre alles glattgelaufen.

Und ich bin auch ehrlich hier und sage euch direkt:
Alles, was ich schreibe, kommt aus eigener Erfahrung.
Mit und ohne Emotion. Mit und ohne Empathie.
Und ja – ich habe viele Dinge durch meine eigene Toleranz gegenüber Schmerzen
noch viel schlimmer gemacht, als sie eigentlich waren.

Warum? Ehrlich? Früher sagte man oft über mich:
„Kassieren ist sein Hobby.“
Und ich meine damit nicht nur physische Gewalt –
sondern jede Form von Einstecken, Erdulden, Runterschlucken.
Psychisch, emotional, verbal, strukturell.
Ich habe es akzeptiert. Viel zu lange.
Bis ich irgendwann verstanden habe:
Wer ständig kassiert, verliert nicht nur Kämpfe – sondern auch sich selbst.

Und jetzt – nach 36 Jahren – habe ich verstanden,
wie der Spruch „Man ist seines Glückes Schmied“ eigentlich gemeint war.
Er ergibt einzig und allein Sinn, wenn man ihn auf das Volk bezieht.
Nicht jeder Einzelne ist immer frei, sein Glück zu schmieden –
aber gemeinsam haben wir die Macht, Bedingungen zu schaffen,
unter denen Glück überhaupt entstehen kann.

Mit vielen Weisheiten ist etwas Wahres dran –
aber nur, wenn man sie mit dem Satz beginnt:
„Ausnahmen bestätigen die Regel.“
Denn wer das vergisst, benutzt Weisheiten nicht als Orientierung,
sondern als Keule.
Als Rechtfertigung.
Als Waffe gegen alles, was nicht reinpasst.

Doch echte Weisheit lässt Platz für das,
was sich nicht fügen will.
Sie beginnt nicht mit Wahrheit –
sie beginnt mit Zuhören.

Dieses Buch ist kein Beweis, sondern ein Spiegel.
Ein Spiegel für mich – und vielleicht auch für dich.
Wenn du dich darin erkennst, nimm dir, was du brauchst.
Wenn du dich nicht erkennst, lass es liegen.
Aber lies es nicht, um zu urteilen – sondern um zu verstehen.

[...Rest bleibt wie gehabt...]