

## Licht und Schatten

Wo Schatten sichtbar werden,  
ist auch Licht...

Wie gerne schaust du dir deine Schattenthemen an?

Ich vermute, dass du das freiwillig genauso wenig gerne tust, wie ich das tue. Wir brauchen die Anstöße durch die Spiegel im Aussen, die uns manchmal sanft und manchmal auch etwas unsanfter auffordern hinzuschauen.

Hin und wieder schmerzt oder drückt ein Spiegel im Aussen dermassen stark, dass wir gezwungen werden, die Situation genauer unter die Lupe zu nehmen und herauszufinden, was sie uns sagen möchte.

Bei einem Erfolg und positiven Erlebnis fällt es uns in aller Regel leicht zu sagen und anzunehmen: «Das habe ich kreiert.» Viel schwieriger ist es, dies auch bei einem Misserfolg zu sagen und wahrzuhaben. «Ich habe das kreiert.»

Ich stecke im Moment gerade in einer Situation drin, in der ich so lieber nicht drin sein würde. Eine Handwerkerarbeit wurde nicht so erledigt, wie ich es mir vorgestellt hatte. Sie genügte meinen ästhetischen Ansprüchen keineswegs. Dies zeigte sich schon relativ früh. Ich kommunizierte zwar klar, was mir nicht gefiel, hatte jedoch nicht den Mut, das Unterfangen mitten drin zu stoppen. Wegen mangelndem Material wählte der Handwerker eine eigene Lösung - quasi eine Zwischenlösung, die mir überhaupt nicht gefiel. Ich schaute mit ihm das Resultat an und zeigte ihm, was für mich nicht akzeptierbar ist. Mit einem Mail doppelte ich noch nach und das brachte den Handwerker zu einer Kurzschlusshandlung. Er wollte keinen Finger mehr für diese Arbeit krümmen, nicht mal mehr fürs Rückgängigmachen, war er zu gewinnen.

Im ersten Moment schockte mich diese Reaktion sehr. Lieber wäre mir gewesen, er hätte alles wieder mitgenommen. Es fiel mir schwer zu sagen und anzunehmen: «Das habe ich kreiert.» Ich merkte, dass sich ein Teil in mir als Opfer und verletzt fühlte.

Ehrliche Freundinnen sind Gold wert, wenn man selber wegsehen möchte oder einfach einen blinden Fleck hat. Es half mir sehr, das Ganze nicht nur mit mir alleine durchkäuen zu müssen. Ich bekam auch hilfreiche Hinweise von diesen Helferfeen. Ich durfte erkennen, dass ich die Verantwortung nicht nur in den Worten übernehmen



soll, sondern vor allem auch in den Handlungen. Diese zeigen dem Universum, wie ernst es mit meiner Absicht ist. Ich hätte also für mich hinstehen und die Übung zu dem Zeitpunkt abbrechen dürfen, als ich die erste Vorahnung erhielt, dass es nicht stimmig werden würde. Ich bin nicht verantwortlich für das Tun des andern, sondern ausschliesslich für mein eigenes.

**Mein Ego, das lieber Recht haben wollte, statt glücklich zu sein**, hat mehr mitgemischt, als ich es wahrhaben wollte. Beim letzten Nachhaken habe ich gespürt, dass dies eine heftige Reaktion beim andern auslöst. Trotzdem habe ich das Mail abgeschickt.

Und eine weitere wichtige Erkenntnis wurde mir geschenkt. Ich darf lernen, meine **Selbstverurteilung loszulassen**. Sie hilft niemandem und verschlimmert die Situation nur. Viel hilfreicher ist es stattdessen zu lernen, mich **trotz der Unvollkommenheiten zu lieben**.

Im Moment begleitet mich die unvollkommene Situation noch. Ich sehe sie jedoch nicht mehr (nur) als Stolperstein und Bürde, sondern **als Chance und als Sprungbrett** auf zu neuen Ufern und als Teil einer willkommenen Transformation.