

Entscheidung - oh weh

Apropos Entscheidungen:

Warte, bis ES sich glasklar in dir entscheidet und nicht dein Verstand die Entscheidung trifft.



Standest du auch schon vor einer Entscheidung und du wusstest nicht, welche der Möglichkeiten die richtige war? Das Gefühl, in der Schwebe zu hängen, ist meist nicht sehr angenehm und schwer auszuhalten. In solchen Situationen ist es eine Kunst, nicht einfach eine Entscheidung herbei zu zwingen, sondern sich in Geduld zu üben, bis sich DIE Entscheidung herauskristallisiert.

Die Entscheidung zu erzwingen, führt häufig nicht zur besten Lösung. Es kann aber sein, dass man einfach nicht mehr anders kann, weil einem die Spannung des Nicht-entscheiden-könnens fast zerreisst und man es nicht mehr aushält. Eine Entscheidung, egal ob es die beste, also optimalste ist, führt dann zur sofortigen Entspannung. Dies kann dann manchmal sogar besser sein, als über sehr lange Zeit in der Hängeposition stecken zu bleiben und dabei auszuzehren.

Wenn man sich über längere Zeit nicht entscheiden kann, kann es daran liegen, dass man irgendeinen Aspekt noch nicht erkannt hat oder nicht erkennen will. Wie oft wollen wir unbewusst die Wahrheit gar nicht erkennen oder sehen? Dies ist auch weiter gar nicht schlimm, denn alles braucht seine Zeit und **etwas geschieht dann, wenn es ansteht** und nicht dann, wenn wir meinen, es müsste sein.

Ich möchte zur Entscheidungsthematik eine Erfahrung von mir teilen.

Seit Oktober 2019 arbeite ich Teilzeit in eigener Praxis. Im Oktober 2021, fast von einem Tag auf den andern, war der Fluss an Klienten plötzlich gestoppt. Mein Gefühl sagte mir, dass es mit der schwierigen Zeit der Pandemie im Zusammenhang stehen könnte und die Menschen mit sich selber beschäftigt sind.

Ich gab zu Beginn der veränderten Situation wenig Beachtung. Damals hätte ich mir allerdings nie träumen lassen, dass diese Situation so lange anhalten würde. Aufgrund meines 2. Standbeins musste ich finanziell keine Angst haben. Ich liess es also einfach laufen. Erst ca. nach einem halben Jahr des anhaltenden Stillstands macht ich mir zum 1. Mal Gedanken, ob diese Therapietätigkeit vielleicht doch nicht meine Aufgabe war bzw. ist?!?

Ich konnte das zwar fast nicht glauben, da ich viel Freude bei dieser Tätigkeit verspür(t)e, vor allem auch zusammen mit dem 2. Standbein, wo eher der Kopf gefordert war. Ich liebe die Abwechslung. Auch wusste ich, dass ich ein grosses Wissen und einen grossen Werkzeugkoffer in und mit mir trug. Was war der

Grund? Er schien sich mir einfach nicht zu offenbaren oder ich hatte einen blinden Fleck.

Mein spiritueller Lehrer ermunterte mich immer wieder, das Universum um eine Antwort zu bitten und mit meiner Entscheidung zu warten, bis sie glasklar für mich wäre.

Ich nahm mir diesen Rat zu Herzen, auch wenn mir die Akzeptanz der Situation nicht immer einfach fiel. War es vernünftig, Monat für Monat die Fixkosten auszugeben, ohne zu wissen, wie es weiterging? Früher hätte ich eine Entscheidung gefällt, um den finanziellen Druck und den Druck des Unentschieden-seins zu reduzieren. Irgendetwas in mir hielt mich allerdings zurück.

Die Entscheidung fiel dann nach 1.5 Jahren des Geduldens im März dieses Jahres. Für mich war es dann plötzlich glasklar, wie ich mich zu entscheiden habe.

Vorausgegangen war eine Situation, in der ich privat mit jemandem Kontakt hatte, die eine schwierige Jugend erlebt hatte. Ihr Muster im Erwachsenenalter ist, dass sie sich enorm danach sehnt, dazu zu gehören, sie aber unbewusst alles tut, dass man sie wieder ausgrenzt und sie dadurch in ihren Vorurteilen bestätigt. Ich durchschaute diese Mechanismen schnell und wollte ihr im Aufrechterhalten dieses Musters nicht behilflich sein. Wenn aber so ein Muster läuft, bestimmt niemand von aussen, wann dieses gelöst werden kann.

Ich bekam irgendwann eine derart extreme Anklage, dass ich erst da erkannte, wie gross mein Helfersyndrom war und was ich dadurch alles mit mir machen liess. In der Reflektion wurde mir bewusst, wie stark die durch meine katholische Erziehung eingetrichterte Nächstenliebe (Liebe deinen Nächsten...) automatisch die Führung übernahm und dabei die eigenen Bedürfnisse (...wie dich selbst) keine Chance mehr hatten.

Ich spürte augenblicklich, dass ich diesen Automatismus des Auslebens der Nächstenliebe und der eigenen Hilfsbedürftigkeit nicht weiter nähren und pflegen wollte, auch wenn ich wusste, dass meine therapeutischen Fähigkeiten breit und fundiert waren. Es waren mir buchstäblich Schuppen von den Augen gefallen...

Eine Freundin machte mit mir noch eine Aufstellung betreffend das Praxisthema, welche meinen Entscheid erhärtete.

Meine Zweifel waren weg, Klarheit eingezogen. Ich kündigte meine Praxis. Ab spätestens Anfang Oktober werde ich keine eigene Praxis mehr haben. Der Entscheid fühlt sich immer noch stimmig an. Der Druck ist stark reduziert und

wird nach der Aufgabe der Praxis dann vermutlich ganz weg sein. Ich spüre ganz fest, dass dadurch etwas in mir in Heilung gehen durfte und darf. Auch bin ich mir gewiss, dass ich an einen (anderen) Platz geführt werde, wenn meine therapeutischen Fähigkeiten unter anderen Voraussetzungen und anderer Haltung wieder vermehrt gefragt sein sollten. Für Einzelfälle habe ich immer noch die Möglichkeit, zuhause zu begleiten und zu arbeiten. Ich spüre, dass es gut ist, wenn mich kein inneres Muss mehr antreibt und eine Leichtigkeit und Unbeschwertheit an dessen Stelle treten darf.

Ich spüre eine grosse Dankbarkeit gegenüber der Person, die mir mit ihrem Verhalten ungewollt die Augen geöffnet und damit wohl eines meiner zentralen Lebensthemen ins Bewusstsein gebracht hat. Die Klarheit über die Entscheidung betreffend die Praxis ist ein Nebeneffekt. Der Lohn für das Warten auf die Antwort hat mich vollends entschädigt.

Ob und was Neues daraus entstehen darf, ist noch in den Sternen geschrieben und wird sich zeigen. Ich sehne mich und brenne so stark dafür, mein eigenes Frei-sein zu erkennen, dass mir die berufliche Veränderung viel Zeit fürs Entdecken meiner wahren Identität schenkt und ich es annehmen kann, wie es ist.