

Burgthann, 05.04.2021

♥ Liebe Herzblut-Weggefährtin,
lieber Herzblut-Weggefährte! ♥

Ostern ist das Fest der Auferstehung Jesu Christi. Auferstehung steht - nach tiefem Leid - für Aufbruch, Licht ins Dunkel bringen, Zuversicht und tiefempfundene Freude.

Ich muss gestehen, ich bin ein großer Fan von "America's Got Talent", eine amerikanische Talentshow des Fernsehsenders NBC. Irgendwann vor ein paar Wochen hörte und sah ich Vater Jack mit seinem süßen Sohn Tim einen Song vortragen, der mich augenblicklich zu Tränen rührte. Jack und Tim haben ihre Frau beziehungsweise Mutter verloren und besaßen die Kraft, sich selbst als **The Lucky Ones** zu fühlen.

Manche von Euch wissen, dass ich vor ein paar Jahren schwer erkrankt bin. Ich wusste lange nicht, ob ich es überleben, gesunden würde. Nun kann ich sagen, ich bin fein, stabil.

Jeder Hader, jede Anklage dem Leben gegenüber hat sich in mir in tiefe Dankbarkeit verwandelt. Mehr noch, diese Krankheit und auch Corona haben mich nicht nur aus meinem gewohnten Trott gerissen. Es hat mir geholfen, mich aus meinem überhöhten Anspruch an mich selbst zu entlassen. Meine vielen kleinen und großen Ängste haben sich regelrecht pulverisiert. Ich fühle mich so klar, unabhängig und freudig, wie nie zu vor. Ich empfinde: Das Leben ist schön. Jeder Tag ein Geschenk.

I'm the lucky one!

Ich weiß aus vielen Gesprächen, die ich in den letzten Monaten führen durfte, dass das letzte, außergewöhnliche Jahr bei vielen Menschen in meinem Umfeld eine vergleichbare Veränderung von außen angestoßen hat:
Ein Innhalten und Nachdenken über das, was das eigene Glück ausmacht, dem Leben Sinn gibt oder geben soll.

Fraglos sind die mit Corona einhergehenden Beschränkungen sehr belastend und auch zunehmend nervig. Für nicht wenige Menschen hat es dennoch nachhaltige, als positiv empfundene individuelle Veränderungen in ihrer Lebensführung zur Folge.

Kann ich in Worte fassen, welche Freude es mir schenkt, dass ich nach bald 10 Jahren den Impuls und Mut verspürt habe, wieder eine mehrtägige körperpsychotherapeutisch orientierte Selbsterfahrungsgruppe anzubieten?

Obwohl es noch lange 10 Monate hin ist, breitet sich in mir eine riesige, fast sentimentale Vorfreude aus:

- ♥ Noch einmal mit allen im Rund zu sitzen, diese unvergleichliche, einmalige Atmosphäre und Energie einer Gruppe einzusatmen.
- ♥ Noch einmal morgens mit allen eine Morgenmeditation machen zu dürfen.
- ♥ Noch einmal alle mit so scheußlichen Übungen wie 'Geh von meinem Rücken runter' in ihre Kraft zu bringen.
- ♥ Noch einmal zu erleben, wie anrührend es ist, wenn Menschen den Mut finden, sich zu öffnen, authentisch im Kontakt zu sein.
- ♥ Noch einmal, wenn auch deutlich entspannter und gelassener, zusammen mit Heike und Harald den Bogen einer Gruppe stricken zu dürfen.

- ♥ Noch einmal erleben zu dürfen, wie erleichtert, freudig und nah Menschen sich in aller kürzester Zeit kommen, wenn sie sich - obwohl eigentlich fremd - unterm Deckel begegnen.
- ♥ Noch einmal sich am reich gedeckten Büfett zu laben.
- ♥ Noch einmal zu später Stunde eine Gute-Nacht-Geschichte vorlesen zu dürfen.
- ♥ Noch einmal die halbe Nacht darüber zu sinnieren und zu diskutieren wie der nächste Tag weitergehen soll.
- ♥ Noch einmal in einem mit ungezählten Kerzen erleuchteten Raum ein Ritual zelebrieren zu dürfen.
- ♥ Noch einmal am letzten Abend die ersten Klänge zu "I will survive" zu hören, um nach getaner Arbeit miteinander unseren Mut mit einer ausgelassenen Party zu feiern.
- ♥ Noch einmal darüber zu staunen, wie maßgeschneidert die meisten Tarotkarten sind, die jede und jeder für sich am Schluss zieht.

Ich kann mit Worten nur sehr unzureichend meine Vorfreude ausdrücken!

Ich freue mich auch, dass ich im Herbst endlich die Aufstellungsgruppe nachholen kann. Ich lasse Dir mit diesem Brief im Anhang die Einladungen und notwendigen Informationen für beide Gruppen zukommen. Und hoffe auf ein Wiedersehen!

Es ist mir zudem eine Freude, kundzutun, dass meine vor mehr als 2 Jahren "zerschossene" Webseite (www.herzblut-seminare.de) nun in aktualisierter Fassung wieder online ist.

2

Bleibt mir, Dir und Deinen Liebsten ein freudiges, sonniges und friedvolles Osterfest zu wünschen. Bleib gesund und Dir treu.

Allerherzlichst,
Christiane ♥



*Markusdom, Venedig,
September 2020*