



Sonia Choquette

Gib deinem Leben eine Richtung

*Der inneren Stimme vertrauen
und Träume verwirklichen*

KOHA

Ich widme dieses Buch meiner Familie:
Patrick, Sonia und Sabrina,
die mir einfach eine Freude sind.



Titel der Originalausgabe:
The Answer is Simple ... love yourself, live your spirit

Copyright © 2008 by Sonia Choquette
Hay House, UK

Deutsche Ausgabe:
© 2011 KOHA-Verlag GmbH Burgrain
Alle Rechte vorbehalten

Aus dem Englischen von Hanna Goldbach
Lektorat und Satz: Birgit-Inga Weber
Gesamtherstellung: Karin Schnellbach

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München | www.guter-punkt.de
unter Verwendung von Motiven von Shutterstock

Druck: Bercker, Kevelaer

ISBN 978-3-86728-157-7

Inhalt

Einleitung		6
Anmerkung		9
1. Schritt:	Den GEIST erkennen	10
2. Schritt:	Den GEIST willkommen heißen	28
3. Schritt:	Den GEIST kennenlernen	44
4. Schritt:	Verbindung mit der Seelenfamilie aufnehmen	58
5. Schritt:	Das Gleichgewicht halten	73
Zwischenspiel:	Das Herz der Sache	83
6. Schritt:	Die Gaben nutzen	114
7. Schritt:	Erinnern, was man liebt	129
8. Schritt:	Die Lehren des Lebens mit Anmut annehmen	144
9. Schritt:	Mit Musik leben	161
10. Schritt:	Freundlichkeit wählen	172
Epilog		188
Dank		189
Über die Autorin		190



Einleitung

Schon in jüngeren Jahren habe ich intensiv mit anderen gearbeitet, sie durch die Herausforderungen des Lebens hindurchbegleitet und ihnen geholfen, den direktesten und befriedigendsten Weg zu einem erfüllten Leben zu finden.

Ich habe mit Menschen aus aller Welt gesprochen – in Indien, Südafrika, Europa, Kanada, Südamerika und den Vereinigten Staaten. Ich habe mit hochgebildeten Akademikern geredet, mit Menschen aus der Arbeiterklasse und mit etlichen, die nicht wussten, woher ihre nächste Mahlzeit kommen würde. Ich habe mit Jungen, Alten, Singles, Verheirateten, Geschiedenen und Verwitweten geredet. Manche von ihnen hatten ein bezauberndes, anmutiges Leben, andere mussten ungeheure Tragödien erleiden. Aus all diesen Begegnungen habe ich zweierlei gelernt:

1. Das Leben ist eine Schule. Wir sind hier, um zu entdecken, wie wir die jeweiligen Umstände überwinden und mit dem uns Gegebenen das Leben erschaffen können, das wir uns wünschen.
2. Wir werden unsere Träume nie erfolgreich umsetzen, wenn wir es ausschließlich vom Ego, vom Intellekt oder von den Emotionen her versuchen.

Nachdem ich Tausende von Menschen aus allen möglichen Lebensumständen erlebt habe, die mit allen nur denkbaren Vor- oder Nachteilen ausgestattet waren, kann ich mit Gewissheit sagen: Jene, die wirklich Erfolg haben – das heißt, die in ihrem Leben Frieden und Freude finden und ihre Erfahrungen genießen können –, gehen auf eine bestimmte Art und Weise an das Leben heran. Statt sich angesichts der Widrigkeiten des Lebens nur auf

ihr Ego zu verlassen – ihre abwehrende, verunsicherte Persönlichkeit – und auf ihren intellektuellen Verstand, wenden sie sich an einen höheren Aspekt ihres Wesens, den GEIST in ihnen, und lassen sich von ihm leiten.

Wer sich daran erinnert, dass wir göttlicher Geist sind, und wer mit seinem GEIST in Harmonie lebt, erfreut sich höchster Zufriedenheit. Menschen, die sich selbst lieben und ihren GEIST leben, sind nicht mit weniger Problemen konfrontiert als jene, die sich nur an ihrem Ego und ihrem Intellekt orientieren. Das Leben ist, wie das Leben eben ist. Jeder von uns hat es schon erlebt: Wenn wir es uns gerade gemütlich gemacht hatten, mussten wir uns auf eine ganze Reihe neuer Herausforderungen einstellen – und zwar oft sehr schnell.

Nein, den inneren GEIST zu leben und zu lieben, bewahrt Sie nicht vor den Stürmen des Lebens. Aber es hilft Ihnen, sich möglichst schmerzlos und kreativ durch diese raue See zu navigieren und die Reise sogar zu genießen.

Das einzige Problem ist, dass sich so viele von uns von ihrem GEIST getrennt haben: Wir wissen kaum noch, dass es ihn gibt, geschweige denn, dass wir ihn lieben und leben können. Wenn wir uns dieses Teils unserer selbst nicht bewusst sind, können wir ihn weder nähren noch auf diesen wesentlichsten Aspekt unseres authentischen Selbst vertrauen. So bleiben wir in einem Teufelskreis der Angst und des Leidens stecken und verpassen die Freude und das schöpferische Wunder, eine göttliche Existenz zu leben. Das hat unser Schöpfer nicht für uns vorgesehen. Der EINE, der uns erschuf, möchte, dass wir ein schöpferisches Leben voller Freude und innerem Frieden führen, ein Leben als göttliche und heilige Wesen.

Deshalb habe ich dieses Buch geschrieben. Ich möchte Ihnen helfen, sich Ihres herrlichen, göttlichen GEISTES bewusst zu werden, und Sie lehren, wie Sie Ihr göttliches Wesen lieben und leben

können – und zwar sofort und für immer. Es ist meine größte Leidenschaft und persönliche Freude, Menschen mit ihrem GEIST zu verbinden; ich widme mich dieser Aufgabe seit 35 Jahren. Der aufregendste Teil meiner Mission und Botschaft besteht darin, dass es im Grunde leicht ist, sich selbst lieben und seinen GEIST leben zu lernen, wenn man einmal die Wahrheit erkannt hat. Und die Wahrheit ist: Sie sind nicht Ihr Ego! Sie sind göttliche Wesen!

Sobald Sie diese Verbindung eingegangen sind, Ihr inneres Licht lieben und anfangen, Ihren GEIST zu leben, wird alles durch Licht und Freude belebt. Lieben und leben Sie Ihren GEIST, und Ihr Leben wird friedvoll fließen. Falls Sie sich zum Sklaven Ihres Ego machen und seiner Angst folgen, dann tut es das nicht. So einfach ist das.

Die zehn einfachen, aber notwendigen Schritte, um diese Verbindung aufzubauen und Ihre Wahrheit, Ihren authentischen GEIST zu erfahren, finden Sie auf den folgenden Seiten. Weil Sie dazu erschaffen wurden, ein fröhliches, friedvolles, magisches und höchst machtvolles heiliges Wesen zu sein, werden Sie feststellen, dass diese Richtlinien das Beste in Ihnen zum Vorschein bringen. Sie mögen Ihnen sogar entwaffnend simpel erscheinen. Lassen Sie sich davon nicht täuschen. Ich kann Ihnen versichern, was Sie hier lesen, sind nicht nur metaphysische Theorien, sondern bewährte, geerdete Praktiken, die Sie direkt zu Ihnen selbst zurückführen: zu Ihrem besten, heiligsten, vorzüglichsten und seligsten Selbst, frei von Angst und erfüllt von Licht. Ich bitte Sie nicht, mir zu glauben – ich bitte Sie nur, es auszuprobieren und sich dann selbst eine Meinung zu bilden. Viel Freude dabei!



Anmerkung

Ich habe dieses Buch in zehn einfache Schritte unterteilt. Jeder besteht aus zwei Abschnitten: Der erste erläutert einen Ansatz, wie Sie sich selbst lieben können; der zweite beschreibt eine konkrete Handlung, mit der Sie Ihre Selbstliebe und Ihre Hingabe an den GEIST stärken.

In der Mitte des Buches habe ich unter dem Titel »Das Herz der Sache« ein Zwischenspiel eingefügt. Dieser Abschnitt führt Sie in die vier Aspekte ein, die das Herz der Selbstliebe ausmachen – Offenheit, Klarheit, Weisheit und Mut –, und zeigt Ihnen, wie Sie die Fähigkeit in sich stärken können, sich selbst noch höher zu schätzen. Diese Lehren werden Ihnen helfen, Ihr Herz im Gleichgewicht zu halten und zu erkennen, welche Aspekte der Selbstliebe in Ihnen stark sind und welche noch mehr Aufmerksamkeit brauchen.

Sie können sich diesen Seiten auf jede beliebige Art nähern: Schritt für Schritt, einmal wöchentlich, Übung um Übung – oder wie auch immer Ihr GEIST Sie lenkt. Die Inhalte orientieren sich an keiner bestimmten Reihenfolge; es werden einfach die notwendigen Elemente aufgelistet, damit Sie sich aus der Angst und dem Zugriff des Ego lösen und sich mit der Freude und dem Licht des Göttlichen verbinden können.

Ich wünsche mir, dieses Buch möge Ihnen helfen, in das größte Liebesabenteuer einzutauchen, das Sie in Ihrem Leben je erfahren werden: das Liebesabenteuer mit Ihrem wundervollen, göttlichen, authentischen, heiligen GEIST. Sind Sie bereit?

Dann fangen wir an ...





1. Schritt

Den GEIST erkennen

Worum es geht: Den GEIST erkennen

Dieser Schritt macht Sie damit bekannt, was Sie wahrhaft sind: ein göttlicher GEIST* und ein heiliges Kind Gottes. Hier wird unterschieden zwischen Ihrem falschen Selbst (Ihrem Ego) und Ihrem wahren, authentischen Selbst (Ihrem GEIST). Sie werden dabei unterstützt, Ihr heiliges Wesen anzunehmen. Mithilfe der Atemübungen gegen Ende des Kapitels verankern Sie diese neue Erkenntnis, lösen sich von der Ego-Gewohnheit des negativen Selbsturteils sowie der Angst und gewinnen Zugang zur Leichtigkeit des Herzens, die mit dem GEIST einhergeht.



Der erste Schritt, um sich selbst zu lieben und Ihren GEIST zu leben, besteht in der Erkenntnis, wer Sie in Wahrheit sind. So viele von uns sind mit der Überzeugung aufgewachsen, inakzeptabel, sündig, ja sogar ein verachtenswertes Wesen zu sein. Oft wurde uns zu verstehen gegeben, wir seien irgendwie verdorben, unrein und einfach nicht liebenswert.

Welche kulturellen, religiösen oder psychischen Gründe auch immer hinter dieser Botschaft verborgen waren – wir haben sie

* »Geist« steht im Zusammenhang dieses Buches für Spirit, also den spirituellen Geist, während »Geist« als Übersetzung für das englische Wort mind gewählt wurde, also den mentalen Geist meint. (Anm. d. Übers.)

übernommen, weil wir dazu neigen, im Außen nach Liebe zu suchen. Wir haben gelernt, wir seien nur unser Ego, unsere Persönlichkeit, die wir als ungenügend erleben. Es scheint, wir haben im Lauf der Zeit Millionen Mal von Millionen verschiedener Leute vermittelt bekommen, dass wir nur liebenswert sind und nur geliebt werden, wenn wir tun, was andere von uns erwarten.

Unerbittlich wurde uns eingeprägt, uns selbst gering zu schätzen und sowohl unseren Wert als auch unsere Liebenswürdigkeit daran zu messen, ob wir Anerkennung von außen bekommen. Viel Lob bedeutet, wir fühlen uns geliebt und liebenswert. Wenn es uns nicht so gut gelingt, Anerkennung zu erhalten, fühlen wir uns ungeliebt und nicht liebenswert. Das Problem ist, niemand kann sich genug Anerkennung verdienen, um sich ein ganzes Leben lang sicher geliebt zu fühlen. Anerkennung ist dafür viel zu unbeständig.

Durch das Ego nach Liebe zu suchen, von außen nach innen, ist ein vergebliches Unterfangen. Weil unsere Egos – die nicht unser wahres Selbst sind – sich nie genug geliebt fühlen, um zufrieden zu sein, und weil wir unser Umfeld nie zuverlässig steuern können, werden wir auf diesem Weg nie die ersehnte Liebe finden. Nachdem ich jahrelang mit so vielen Menschen eng zusammengearbeitet habe, wage ich zu behaupten, dass wir auf einer intuitiven, organischen Ebene sogar um die mangelnde Funktionstüchtigkeit dieses Systems wissen. Tief in uns ist den meisten von uns klar, dass uns die Anerkennung durch andere keine zufriedenstellende Selbstliebe geben wird. Wir können sie nur finden, indem wir uns selbst von innen heraus wertschätzen, von einem Ort in uns, der tiefer reicht als das Ego oder die Persönlichkeit.

Der Schlüssel liegt in der Erkenntnis, dass wir alle göttlicher GEIST sind – wundervolle, einzigartige Schöpfungen Gottes. Der

heilige Vater/Mutter-Gott* hat uns allen Leben eingehaucht und ist in jeder Hinsicht glücklich über unsere Existenz. Es liegt bei uns, dies ebenso zu tun.

Selbstliebe beginnt mit dem Wissen, dass wir GEIST sind. Wir haben einen Körper. Wir haben eine Persönlichkeit. Wir haben Geschichte/History, Geschichten/Storys sowie Erfahrungen – aber wir sind all dieses nicht. Wir sind GEIST. Unser Körper, unser Ego, unsere Persönlichkeit und unser Intellekt sind Instrumente, durch die sich der GEIST in unserer physischen Verkörperung zum Ausdruck bringt. Sie sind nützlich. Sie färben und beeinflussen unsere Erfahrungen. Sie prägen unser Aussehen, unser Verhalten, unsere Reaktionen und unsere Entscheidungen. Sie machen das Leben interessant. Nichtsdestotrotz sind sie bloß Gerätschaften, derer sich unser GEIST bedient. Sie sind nicht, was wir sind.

Ich sage »unser GEIST«, weil es nur *einen* GEIST gibt, genauso wie es lediglich *ein* Feuer gibt. So wie die Flammen in einem Kamin, an einem Feuerzeug, in einem Brennofen oder bei einem Waldbrand alle Ausdruck eines einzigen Elements sind, sind auch wir alle einzigartige Ausdrucksformen des einen GEISTES.

Wenn das stimmt und uns (allen!) der eine göttliche GEIST Leben verleiht, dann können wir daraus schließen, dass es keine »anderen« gibt, keine Außenseiter, deren Zustimmung wir brauchen. Es gibt nur uns. Anders gesagt: Da ist kein anderer GEIST, der von uns getrennt ist und uns beurteilen könnte. Wir sind alle aus demselben Stoff gemacht; wir lernen und entwickeln uns unterschiedlich, dennoch sind wir alle gleich.

Betrachten Sie sich selbst und Ihr Leben durch die Brille Ihres Ego, werden Sie sich isoliert, ausgeschlossen, allein und anders füh-

* Dem Fluss der Sprache zuliebe wird in der deutschen Übersetzung für Gott das männliche Personalpronomen verwendet, ohne »ihn« dadurch auf diese eine Facette beschränken zu wollen. (Anm. d. Übers.)

len. Schauen Sie durch die Brille des GEISTES, wissend, dass wir alle eins sind, werden Sie sich immer sicher und geliebt fühlen.

Auch wenn Sie vielleicht eine weniger charismatische Persönlichkeit haben, einen weniger scharfen Intellekt und eine weniger hollywoodreife Figur, sind Sie doch eine großartige, bewundernswerte, wundervolle Manifestation des GEISTES – denn es ist nichts weniger als ein Wunder, wenn der Heilige GEIST Ihnen den ersten Atem einhaucht. Der Körper wird gebildet, doch ohne diesen Lebenshauch, diesen Funken göttlichen Bewusstseins, gibt es Sie nicht.

Sie sind göttlich. Sie sind aus Licht, Liebe und Gnade erschaffen. Sie sind heilig; Ihr Körper und Ihre Persönlichkeit sind die Hüter dieser heiligen Präsenz. Diese Göttlichkeit in Ihrem Wesen, Ihrem körperlichen Selbst zu beherbergen, ist ein Geschenk und sollte eine Freude sein. Ihre wahre Natur zu akzeptieren ist ein großer, nicht zu leugnender Schritt hin zur Selbstliebe.

Vor einigen Jahren habe ich diese Idee auch meiner Klientin Patty nahegebracht. Sie war das einzige Kind einer harten, zurückhaltenden, alleinerziehenden Mutter. Patty verbrachte ihre Kindheit in ständiger Furcht vor deren Geringschätzung und Kritik. Ihr ganzes Leben lang wurde ihr gesagt und gezeigt, dass sie nicht viel wert sei. In ihrem Streben nach Bestätigung und um der Pest der auf sie projizierten Selbstanklage etwas entgegenzuhalten, zeigte sie immer Bestleistungen: Als Klassenbeste hatte sie nur Einsen, sie galt als bester Babysitter der Nachbarschaft, war eine große Hilfe in der Gemeinde und allen eine gute Freundin. Aber sie liebte sich nicht selbst. Sie konnte es sich nicht einmal vorstellen, sich selbst zu *mögen*.

Um sich vor den psychischen Attacken zu schützen, mit denen ihr Ego ihren GEIST plagte, legte sie im Lauf der Jahre immer mehr Gewicht zu. Im Alter von 50 Jahren hatte sie gut 40 Kilo

Übergewicht und nahm weiter zu – sowohl was die Selbstanklage als auch was das Gewicht betraf.

In eben dieser Situation begegneten wir uns. Sie besuchte einen Workshop von mir in Chicago, in dem ich davon sprach, den eigenen GEIST im Herzen wie einen heiligen, geliebten Gast zu behandeln. Diese Vorstellung berührte sie zutiefst.

»Ich komme aus dem Süden«, erzählte sie schmunzelnd, »da ist es Ehrensache, eine hervorragende Gastgeberin zu sein. Aber mir wurde klar, dass ich meinem GEIST eine miserable Gastgeberin war. Es ist Zeit, das zu ändern, und sei es nur, um gute Manieren zu zeigen!«

Sie nahm die Herausforderung auf der Stelle an und fing an, ihren GEIST zu würdigen. Zunächst stellte sie in ihrem Haus eine ruhige, friedvolle Atmosphäre her. Sie achtete darauf, was sie über sich selbst sagte, um ihren GEIST nicht zu beleidigen. Sie bereitete sich gesunde, frische Speisen zu und nahm sich Zeit beim Essen, damit ihr GEIST die Nahrung genießen konnte. Sie sprach mit ihrem GEIST mit Respekt und Zuneigung, dankte ihm regelmäßig, dass er in ihrem Herzen ist, und fragte, wie sie es ihm dort wohnlicher machen könnte.

Sie hörte auf, auf das negative innerliche Feedback zu hören, das sie ihr ganzes Leben lang verfolgt hatte, und lauschte stattdessen mehr auf die Stimme ihres GEISTES. Und langsam veränderte sich etwas. Zuerst fiel ihr auf, dass sie besser schlief; und wegen des intensiveren Schlafs aß sie auch besser, vor allem weniger Zucker. Je besser sie sich ernährte, desto wohler fühlte sie sich und desto aktiver wurde sie. Sie schloss neue Freundschaften und nahm sukzessive ab. Sie hörte auf zu rauchen und fand eine neue Arbeitsstelle. Anderthalb Jahre später lernte sie einen netten Mann kennen und heiratete mit 53 Jahren zum ersten Mal.

Sie ist davon überzeugt, dass sie heiraten konnte, weil sich in

ihrer Identität etwas verändert hatte. Solange sie den Anweisungen ihres Ego gefolgt war, hatte sie sich zu wenig liebenswert gefühlt, als dass sie irgendjemanden an sich herangelassen hätte. Sobald sie sich mit Respekt und Sorgfalt ihrem GEIST zuwandte, öffnete sie sich.

Bei der dritten Verabredung mit ihrem zukünftigen Ehemann sagte er zu ihr: »Ich liebe einfach deinen GEIST.«

»Ich auch«, antwortete sie. »Ich endlich auch.«



Sobald Sie sich entscheiden, Ihren GEIST anzuerkennen, besteht der nächste Schritt darin, ihn zu leben. Das bedeutet, Ihr höchst authentisches göttliches Selbst zu würdigen, sich zu erinnern, wer Sie wirklich sind, und es in der Welt zum Ausdruck zu bringen. Ihren GEIST zu leben bedeutet, sich über die Schmerzen und die Verwirrung des menschlichen Ego zu erheben und als das göttliche Wesen durchs Leben zu gehen, als das Sie erschaffen wurden. Das ist Ihre wahre Identität – das ist Ihr Daseinszweck, der göttliche Plan. Das ist der einzige Weg.

Einstein hat es wundervoll ausgedrückt: »Die Intuition ist ein heiliges Geschenk und die Ratio der treue Diener. Wir haben eine Gesellschaft erschaffen, die den Diener ehrt und das Geschenk vergessen hat.«

Deswegen bleiben wir auf der Basis des Ego erfolglos. Deshalb ist das Leben für viele ein endloses Drama und ein Kampf: weil wir dem minderwertigeren Führer gehorchen, der defensiv, unklar, schlecht informiert, verwirrt, leicht einzuschüchtern, selbstbezogen und furchtsam ist.

Und wie sehr wir das Ego auch verwöhnen (was es liebt) – es wird doch nie etwas anderes als das, was es ist: ein sich verstellen-

der, verwirrter, defensiver, unsicherer, gieriger, fordernder Diktator, der uns als Geiseln hält und uns unsere Freude und unseren Frieden raubt.

Ihren GEIST zu leben ist nicht schwer: Sie brauchen sich nur von Ihrem Ego zu lösen und Ihrem Herzen zu folgen. Sie heben automatisch die energetische Frequenz Ihres GEISTES über ihr Ego, indem Sie einfache, aber aufrichtige tägliche Praktiken einüben – das heißt, indem Sie trainieren, auf Ihre innere Stimme zu hören, flexibel zu sein und gegebenenfalls die Richtung zu ändern, Ihr Herz offen zu halten und den ganzen Tag zu lachen. Je mehr Sie in der Frequenz des GEISTES schwingen, desto stärker wird die Verbindung. Und je kräftiger sie wird, desto klarer ist Ihnen die Richtung, die Ihnen Ihr GEIST weist.

Wenn Sie anfangen, Ihren GEIST zu leben, spüren Sie als Erstes seine Präsenz in Ihrem Herzen. Es ist ein konkretes, energetisches Empfinden. Manche nehmen es als feines Flattern wahr, andere als warmes Kribbeln, wieder andere als Erleichterung, als hätten sie ein wichtiges Puzzleteil gefunden. Für manche Menschen fühlt es sich einfach »richtig« oder »wahr« an. Auf jeden Fall fühlen Sie sich echt, authentisch, vollständig und zufrieden, wenn Sie Ihre Schwingung genug anheben, um sich mit Ihrem GEIST zu verbinden. Die ziellose Rastlosigkeit in Ihnen macht der Ruhe Platz. Die Leere füllt sich und Sie fangen an, sich zu entspannen und das Leben zu genießen.

Wenn Sie diese Verbindung mit dem GEIST stärken, erleben Sie noch andere deutliche Veränderungen:

- Ihr Bauch wird locker, Sie entspannen sich besser.
- Ihr Widerstand lässt nach und Ihr Herz öffnet sich.
- Ihre Atmung vertieft sich und die Spannung in Ihrem Körper beginnt sich zu lösen.

Denn wenn Sie zur Ganzheit zurückkehren, werden Sie sich sicherer fühlen. Weil Sie nicht mehr die fehlende Führung kompensieren müssen, wird allmählich jede Zelle Ihres Körpers, jeder Muskel und jede Sehne erleichtert sein. Weil der GEIST Lebenskraft bedeutet, fühlen Sie sich gleichzeitig jünger, optimistischer und lebendiger.

Burt war erst 63 Jahre alt, aber sein Ego quälte ihn mit so vielen Ängsten, dass er viel älter wirkte. Er litt unter Arthritis, Rückenschmerzen und Depressionen. Einmal pro Woche ging er zur Therapie; er nahm Antidepressiva und Schmerzmittel, doch er konnte sich kaum bewegen und hatte auch kein Verlangen danach. Die meiste Zeit verbrachte er zu Hause, wo er sich leidtat und sich ungeliebt fühlte. Seine Tochter hatte ihm vorgeschlagen, zu mir zu kommen, in der Hoffnung, ich könne ihm helfen, wieder ins Leben zurückzufinden, und er war einverstanden gewesen.

Als wir uns begegneten, konnte ich sehen, dass es weniger seine körperlichen Beschwerden als vielmehr seine Ängste und sein negatives Selbstbild waren, die ihm die Lebenskraft raubten. Ich gab ihm zu verstehen, sein GEIST sei gesund und wohlauf, nur seine Ängste hinderten ihn am Leben. Zu meiner Überraschung stimmte er zu.

»Ich weiß, dass mir eigentlich nichts fehlt«, gab er zu, »jedenfalls nichts, was sich nicht richten ließe, wenn ich wollte. Ich weiß nur nicht, wofür ich leben sollte, wenn es mir besser ginge. Ich fühle mich immer so unglücklich und unerfüllt, und ich weiß nicht, wie ich dieses Gefühl loswerden kann. Ich komme mir wie ein kompletter Versager vor.«

Ich ermutigte ihn, weiter zur Therapie zu gehen, aber darüber hinaus sich seines GEISTES zu entsinnen und anzufangen, ihn zu lieben und ihm zu folgen. Das war eine neue Idee für Burt.