

Einladung zu einer Phantasiereise - ein symbolischer Weg zum Ablegen eines Schuldgefühls

Ich habe ein Schuldgefühl. Daran trage ich schwer, während ich den Weg durchs Leben gehe. Es ist wie ein Stein, scharfkantig und spitz, gräulich-schwarz, gnadenlos hart wie Lava-Glas. Der Stein schmerzt mich, schneidet sich in meine Seele. Er macht mir das Leben schwer. Das bremst mich, hemmt mich, beeinflusst meine Entscheidungen in einer Weise, die nicht klug und nicht nützlich ist, nicht für mich und nicht für die Welt.

Ich habe längst verstanden, was das Schuldgefühl mir über mich selbst sagt, über mein gutes Herz, über meine persönliche innere Regel. Ich habe längst daraus gelernt. Ich habe vielfach Wiedergutmachung geleistet. Mein Verstand und mein Herz wissen: Ich habe längst genug gebüßt und gelitten. Ich möchte den Stein nicht mehr haben, mich von seinem Gewicht nicht mehr niederdrücken und klein machen lassen.

Soll ich ihn anderen übergeben oder ihn einfach auf dem Weg liegen und ihn hinter mir lassen? Doch Nachkommende könnten sich daran verletzen. Soll ich ihn aufteilen? Auch wenn manche ein Stück davon nehmen müssen, so bliebe mir doch immer ein scharfer, spitzer Teil übrig, egal wie ich es drehe und wende. Soll ich daraus eine Schale formen und sie als Wiedergutmachung verschenken? Auch das passt nicht für diesen speziellen Schuldstein.

Während ich darüber nachdenke, gehe ich weiter meinen Weg. Irgendwann höre ich einen Bach rauschen. Ich verlasse den Weg und gehe eine Weile durch eine Blumenwiese hin zu einem kleinen, wilden Bach. Da wird mir klar: Dort hinein kann ich diesen Stein legen, mitten in das Wasser. Ich tu es und schau, was passiert. Der Stein schmiegt sich ins Bachbett, als hätte er schon immer dorthin gehört. Sand und kleine Steinchen werden darüber hinweg gespült, tanzen auf allen Seiten an ihm vorbei. Das Rauschen verändert sich nicht und doch ist es immer anders. Wie das Leben.

Ich weiß, der Stein wird dadurch im Laufe der nächsten Jahre das Scharfe und Spitze verlieren, er wird abgeschliffen werden, glatt und rund, geformt zu einem flachen, wunderschönen Kiesel aus Lava-Glas. Ich sehe noch eine Weile zu und merke, wie mein Herz leicht wird. Als genug Zeit vergangen ist, stehe ich auf und gehe auf meinen Weg zurück. Vielleicht werde ich mich hin und wieder an diesen Stein erinnern, an die schwere Zeit mit ihm und daran, dass es nun in Ordnung ist, dass ich in Ordnung bin, dass er glatt und friedlich und schön im Flussbett liegen darf. Er hat seinen Zweck erfüllt. Mit leichtem Herzen finde ich zu meinem Weg zurück und geh weiter. Es ist vorbei, ich bin frei.