

Selbst gemachte Brösel für die Reise

Du hast einen Job, du hast Termine. Du holst dein Auto aus der Garage, willst dich von Mann, Kindern und Schwiegermutter verabschieden. Und schon spürst du es.

Wie sie dir den Kofferraum randvoll mit Schuldgefühlen beladen. Was, du fährst weg? Schon wieder? Wie lange? Und schon bist du wieder mittendrin, mitten in die Brösel. Was hilft? Wut, Verteidigung, Offensive? Oder helfen die Engel da raus?

VON DANIELA HUTTER

Kofferraum zu, Autoschlüssel, starten, ausparken. Ich bin bereit für meine nächste Vortrags-tour. Blinker, Rückspiegel: Hinter mir die Brösel – meine Familie mag es nicht, wenn ich wegfahre. Ich stehe an der Ausfahrt, Gegenverkehr, Warten ... Im Rückspiegel sehe ich die Kolonne an Autos hinter mir, die wartet, bis ich auf die Hauptstraße einbiegen kann.

„Warum muss es immer Brösel geben, nur weil ICH auch mal tue, was ICH möchte, was MIR Spaß macht?“ Mein Empfinden ist nah dran an einer subtilen Opferrolle – alle sind gegen mich.

Meine Gedanken verselbstständigen sich, und während ich auf den Verkehr achte, läuft der Film erneut ab. Die immer wiederkehrende Diskussion mit meinem Mann, die Frage des „warum“ fährst du weg, „wie lange“ fährst du weg, „wohin“ fährst du, „wen“ triffst du – der vorwurfsvolle Tonfall, der wenig liebevolle Blick, ich fühle mich kontrolliert – zumindest ich interpretiere seine Reaktionen gerne so, wenn ... ja, wenn ich aufgrund von nicht bewusstem Sein selbst in alte Verhaltensrollen und Reaktionsmuster zurückfalle.

Eine spezielle Art von Familienthea-

ter, das sich zu diesem Anlass gerne wiederholt. „Ach Mama“, erwiderte mein jüngster Sohn, und dies begleitet mit einem tiefen Seufzer, als er mich beim Kofferpacken am Abend zuvor beobachtete. „Ach Mama, das ist dann wieder so ein Chaos ohne dich“ schienen seine Gedanken mir mitzuteilen. Und ich hatte schon die Bilder dazu: Verschlafen am Morgen, Verspätung in der Schule, Diskussionen zwischen ihm und seinem Vater wegen Schule, Freizeit, Unordnung im Zimmer und anderen Konfliktthemen.

ICH kannte ja die Spielregeln, mit mir als täglichem Regisseur läuft alles wie am Schnürchen. Aber wenn ich nicht da bin?

Eine völlig andere Taktik legt mein zweiter Sohn an den Tag: „Du fährst weg???“ Da klang so nach „Was soll das? Wozu das denn?“ Ich interpretierte es als lässiges Desinteresse schreibe ihm gleich mal ein jungmännliches Machogehabe zu. Ich könnte direkt wütend werden.

In mir beginnt sich Protest zu regen: „Mit mir nicht, liebe Familie, so nicht. ICH hab auch ein Recht auf mich!“ – Nur, mich gut zu fühlen, das gelingt mir in dieser Haltung nicht. Ich fühle mich weder unterstützt noch geliebt. Energie erzeugt Gegenenergie und ich merke gar nicht, wie ich mitspielt in diesem Stegreifspiel von Familientheater.

Doch zumeist tritt zunächst noch ▶



Fotos: www.shutterstock.com; Daniela Hutter

▶ meine Tochter auf die Bühne dieses Familienspiels: „Ich mach das schon Mama – ich kümmere mich um sie und schau nach dem Rechten. Wann hat er Englischschularbeit? Die Vokabeln sitzen bestimmt noch nicht.“ Eigentlich möchte sie mich beruhigen. In mir aber hat das Schuld-bewusstsein schon den besten Zeitpunkt genutzt. Mein Energiefeld reagiert, zieht sich zusammen – das sitzt. Nach Brösel fühlt sich das nicht mehr an – viel mehr nach Schlag in die Magengrube.

„Du fährst weg?“ meine Schwiegermutter beobachtet mich, als ich das Auto einräume. Wir wohnen gemeinsam im Haus, schon ein Eheleben lang, und zufällig kommt sie genau jetzt aus ihrer Wohnung. Ah ja. „Du fährst weg?“ Die Stimme ganz hoch, zum Schluss der Frage hakt sie nochmal nach, weil ich nicht geantwortet habe, um gleich fortzufahren: „Die aaarmen Kinder“ – und meine Schwiegermutter legt noch eines nach, während ich meine Koffer ins Auto hob. „Mein Mann hätte das früher nicht erlaubt.“ – Wumm, das sitzt! Volle Breitseite.

„Das sind die Sprüche, die ich liebe. Mein Leben ist JETZT. Das ist eine andere Zeit, ich bin eine andere Frau, hab einen anderen Mann und außerdem sind meine Kinder nicht arm, der Mann schon gar nicht und überhaupt, was erlaubt sich denn die, sich einzumischen!“

Ein Ventil scheint gefunden zu sein. Mein Schuld-bewusstsein wandelt sich in Wut. Das schlechte Gewissen wandelt sich in Hitze und in mir beginnt ein Vulkan zu brodeln. Aber dann, ganz plötzlich...

Eine innere Kraft, die Verbindung mit meinem wahren Ich ist es, das eine kurze Unachtsamkeit meines inneren Truppenanführers nützt, und mir einen Gedanken von Achtsamkeit schickt. Ich atme tief durch und fühle in mein Energiefeld, nehme meine himmlischen Begleiter und mein inneres Licht wahr. Schon reagiert meine Aura, verändert sich augenblicklich, dehnt sich aus, lässt Dichtes los – ich atme nochmals tief durch und visualisiere strahlendes Licht um mich.

Ich sehe meine Schwiegermutter an und kann mich in sie einfühlen, die Jahre zurück, die geprägt waren von einer anderen Position der Frauen, als dienen und aufopfern eine Haltung von Tugend war. Und ich fühle Dankbarkeit ob der Jetztzeit und darüber, nicht „früher“ verheiratet gewesen zu sein.

„Ich kann ja für sie kochen und den Kleinen morgens zum Bahnhof bringen“, bietet mir meine Schwiegermutter ihre Unterstützung an. Erneut fühle ich Dankbarkeit und ganz viel Wertschätzung für sie. Meine Söhne bringen mir den Rest vom Gepäck. Und die Tochter steht am Fahrrad neben mir: „Meld' dich, wenn du wieder da bist“, ruft sie mir

Liebe Leser und Leserinnen, ich hab so viele Zuschriften zu „meinen Bröseln“ bekommen. Euer Feedback und eure wertschätzenden Worte klingen in meinem Herzen und machen mich glücklich, dass es mir gelingt, meinen Ansatz von gelebter Spiritualität zu kommunizieren und zu transportieren, dass auch eine ENGELmagazin-Autorin dieselben Themen belebt - wie ihr. Danke für Euer Schreiben. Ubuntu (afrik.) – Ich bin, weil ihr seid. **Eure Daniela**



Die Kolumne von Daniela Hutter

„Brösel.“ Laut Duden: Krümel. Mit etwas bröseln, es zerbröseln: es zerstören. „Mitten in die Brösel sein.“ Bedeutet in Österreich: Unannehmlichkeit haben, in einer unangenehmen Situation sein.

mit einem Luftbuss zu und weg ist sie. Wo kommen denn diese Sinneswandlungen her? Und ich lächle, es waren ja nur „meine Interpretationen“, ich dachte zu wissen, was mein Umfeld denkt – meine inneren Bilder, meine Vorstellungen hatten sich verselbstständigt. Selbstfabrizierte Brösel, wo eigentlich keine waren.

Mein Mann kommt zum Auto. Abschied fällt ihm stets schwer. Ich umarme ihn und hülle ihn in meine Liebe. „Danke, dass du es mir ermöglichst, dass ich fahren kann. Ich weiß, du hast mich lieber bei dir.“ Mit einer innigen Umarmung verabschiedet sich mein Mann und schließt den Kofferraum. Welch' Geschenk, einen Mann zu haben, der so liebt – und mein imaginäres Gepäck ist jetzt nur mehr die Liebe meiner Familie und das Wissen um Unterstützung und Zusammenhalt.

Tut-tut ... ich erschrecke, der Autofahrer hinter mir drückt auf die Hupe. Ich war in Gedanken, hab ihn übersehen, ich hätte auf die Hauptstraße rausfahren können. Ich löse mich vom Rückspiegel.