

Lesley B. Strong

#Borderline

DIS/CONNECTED

LIEBEN ODER LEIDEN?



Eine Lebensgeschichte

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Wenn die Sonne den Horizont berührt

*Wenn die Sonne den Horizont berührt,
wenn ihr Licht hinab in das Dunkel der Meere taucht,
wenn der Schatten der Nacht die Welt verhüllt,
wenn mein Blick sich nach innen richtet,
dann geht meine Seele auf Reisen,
meine Gedanken weit fort –
und sie bleiben doch nur bei mir.*

*Was ich auch sehe,
ich sehe es in mir.
Was ich auch fühle,
es lebt in mir.
Wohin ich auch gehe,
ich bleibe immer bei mir.*

*Meine Seele liegt vor Euch wie ein offenes Buch,
jedes Wort ein Spiegel,
jede Zeile ein Bild,
ein Weg zu mir,
ein Labyrinth,
scheinbar einfach,
und doch verworren.
Doch wer diesen Weg geht,
der wird mich finden,
irgendwo,
im Labyrinth,
irgendwann,
wenn die Sonne den Horizont berührt.*

(1996)

EINLEITUNG

Warum?

Manche Menschen mögen anderer Meinung sein, manche mögen eine Aufforderung zur Rechtfertigung darin verstehen, aber ich mag Warum-Fragen. Durch sie eröffnen sich neue Horizonte des Verstehens, gewähren Menschen einen Einblick in ihr individuelles Universum, ihre ureigenste Realität. Beginnen wir diese Geschichte über mein Leben auf der emotionalen Achterbahnfahrt eines Jahrzehntlang von mir unerkannten (oder verleugneten) und deshalb ungelösten Borderline-Syndroms – meine Geschichte – also mit Warum-Fragen.

... und noch etwas: auch wenn das Thema „Borderline“ mit Sicherheit nicht zur leichten Unterhaltungslektüre zählt, ich habe nicht vor, mit Ihnen gemeinsam im Schmerz oder Leid zu versinken. Wenn Sie mir auf diesen Seiten folgen wollen, dann führe ich Sie in eine Welt, die vielfältig sein kann, deren Bandbreite von abgrundtiefer Dunkelheit und unsäglichem Pein bis hin zu flammender Lebensfreude und unbändigem Lebenswillen variieren kann, die Zusammengehalten wird von der Überzeugung, dass hinter allem ein meist verborgener und damit unerkannter Sinn steckt, oder zumindest eine Lernaufgabe, die uns auf unserem Lebensweg weiterbringt. Ich werde Ihnen zeigen, wie ich lernte, einen Dämon mit einer Umarmung zu zähmen, wie ich einen Fluch in ein magisches Potential verwandelte, eine lebensbejahende Kraft, aus der mein neues Universum entsprang.

Oder anders gesagt: ich werde Ihnen ein modernes Märchen erzählen – mit jenen Worten, in denen ich denke und fühle. Stellen Sie sich also vor, wir würden gemeinsam bei einem Tässchen Kaffee oder Tee in Ihrem Wohnzimmer sitzen, und Sie folgen mir in meine Welten, in jene, die im hier und jetzt verankert ist, und in jene andere, die für Sie nur sichtbar wird,

wenn ich die Tür für Sie öffne und Sie dorthin mitnehme: Meine innere Welt als Borderlinerin.

ACHTUNG: Dies ist weder ein Fachbuch noch ein Selbsthilfebuch. Ich schildere mein Erleben über mehr als vier Jahrzehnte und den Weg, denn ich einschlug, um mich selbst und in mein Leben zu finden ... und dabei nehme ich mir kein Blatt vor den Mund. Auch wenn das Thema mitunter erdrückend scheint, die Botschaft ist eine lebensbejahende. Wollen Sie mir auf die nächsten Seiten folgen?

Am 6. Dezember 2018 postete ich via Facebook folgenden Beitrag:

#Borderline-Syndrom

#JAN/A - die wirklich wahre Geschichte

In den letzten Wochen habe ich viel darüber nachgedacht, wie weit ich die wirklich wahre Geschichte von JAN/A erzählen möchte. Einige Ereignisse und Diskussionen in den Medien haben mich dazu bewogen, nun den nächsten Schritt zu gehen.

Die wirklich wahre Geschichte von JAN/A ist die Geschichte eines Borderline-Syndroms. Es ist MEINE Geschichte, denn ich bin eine Borderlinerin.

Jahrzehnte meines Lebens habe ich damit verbracht, dies mehr oder weniger erfolgreich zu verbergen, mich anzupassen, zu funktionieren, die Menschen rund um mich zu täuschen und dabei immer wieder zu scheitern, zu zerstören, was ich aufgebaut hatte. Mich selbst und andere zu verletzen. Von einem Absturz in den nächsten Zusammenbruch. Ein Leben in Dunkelheit ... wie ich es in JAN/A nenne.

Gefühle, die so intensiv waren, dass ich sie fast nicht aushalten konnte, und sie deshalb unterdrückte, bis ich schließlich nichts mehr fühlte. Ein Leben stets an der Grenze der Belastbarkeit, die oftmals für mich nicht mehr zu erkennen war und von mir

mehr als einmal überschritten wurde mit den entsprechenden Konsequenzen ... burned out.

Jahrelang der tägliche Kampf, aus dem Bett hinaus in ein Leben zu gehen, dass sich nicht wie das eigene anfühlte und jeder Blick in den Spiegel offenbarte auf schmerzhaft Weise die Lüge. Wie oft wollte ich den Spiegel zerschlagen und das, was ich darin erblickte. Bis hin zu den Momenten, da der nächste Atemzug unmöglich erschien, weil weder Tod noch Leben eine Erlösung versprachen. Ein Leben, stets einen Schritt vom Abgrund entfernt, ohne Sicherheit, ohne Geborgenheit. Allein zu sein mit Gedanken und Gefühlen, die niemand verstehen konnte oder wollte. Und immer auf der Suche nach Liebe, Anerkennung, Geborgenheit, Halt im Leben ...

Soviel Weisheit begegnete mir auf meiner Suche, doch sie galt nicht für mich. Wer kennt sie nicht, die schlaunen Sprüche: „Was du dir nicht selbst nicht geben kannst, kannst du auch keinem anderen geben (Liebe, Anerkennung ...)“, oder „Das Außen ist immer ein Spiegel des Innen“. Ja, diese Weisheiten stimmen, aber wie hätte ich sie akzeptieren können, quasi die Verantwortung dafür zu übernehmen, die Verursacherin meiner eigenen Katastrophe namens Leben zu sein, ohne noch weiter in die Selbstverachtung abzurutschen? Wenn ich selbst all das Leid, den Schmerz und das Chaos in meinem Leben hervorrief, was war ich dann? Oder was war in mir? Ein Dämon der Zerstörung? Damals nannte ich ihn noch „Destruktivus“ und ich hätte ihn mir aus dem Leib gerissen, wäre es nur möglich gewesen.

Doch in mir war auch etwas anderes. Eine, die nicht zerstören, sondern leben wollte und die nicht aufgab, einen Weg zu suchen und finden - in dieses Leben, zu mir. Mein Dämon? Im Oktober 2017 begann ich aus einer Intuition heraus zu schreiben. Eine Geschichte über eine Frau, die sich in jenen Mann verliebt, den niemand zu lieben vermochte – einen Dämon. Erst im Nachhinein erkannte ich die Metapher darin,

die sich auf mich selbst und mein Borderline-Syndrom, meinen „Destruktivus“, bezog.

Zu Beginn dachte ich noch, nur eine romantische, sinnlich-erotische Liebesgeschichte zu schreiben. Aber dann erkannte ich, dass diese Geschichte mich selbst und meinen Blick auf mich veränderte. Was die Charaktere durchlebten – und sie sind allesamt meine Spiegelbilder aus verschiedenen Lebensphasen – löste alte Blockaden in mir auf. Ich begann wieder zu fühlen! Ich werde nie den Augenblick vergessen, als ich im Frühjahr 2018 zum ersten Mal seit unendlich langer Zeit das Gefühl hatte, ich selbst und in meinem Leben angekommen zu sein! ... vielleicht zum ersten Mal überhaupt.

Das Schreiben, die Geschichte von JAN/A, heilte alte Wunden, fügte in mir zusammen, was über lange Zeit hinweg zerrissen war, schuf das ersehnte Vertrauen ins Leben und mich selbst, hüllte mich in Geborgenheit – und ich verliebte mich in jenen, den zuvor niemand, nicht mal ich selbst, zu lieben wagte: meinen Dämon – mich selbst. Die Eine, deren Licht die Dunkelheit zu erhellen vermochte, die den Dämon von seinem Fluch erlösen konnte, das war ich selbst! Ich war Jana und Jan! Ich bin JAN/A.

Ich schrieb weiter und schreibe immer noch, denn die Geschichte lebt in mir mit jedem Atemzug, jedem Herzschlag. Jede Runde auf der Achterbahn des Lebens vertieft das Verständnis – auf dem Papier ebenso wie im realen Leben. „JAN/A – eine [nicht] ganz alltägliche Liebesgeschichte“ beginnt an der Oberfläche des Offensichtlichen und führt im Laufe der Geschichte immer tiefer in die Gedanken- und Gefühlswelt der Einen und des Dämons.

JAN/A ist eine [nicht] ganz alltägliche Liebesgeschichte, romantisch, sinnlich, erotisch – aber mit Sicherheit keine seichte Unterhaltungsektüre – vielmehr tiefgründig, voller

Symbole und Metaphern, eine emotionale Achterbahnfahrt, Leben pur.

JAN/A ist ein Seelen(s)trip, die Autobiographie einer Borderlinerin, die ihren Frieden mit der Dunkelheit geschlossen hat und ihr Leben im Licht der Einen und in der Umarmung ihres Dämons rockt.

JAN/A ist die Geschichte von Lesley, so nenne ich meinen Dämon heute liebevoll, und meine eigene.

Wer ich bin? Nun, wenn ich nicht gerade schreibe und Lesley dabei am Steuer sitzt, habe ich einen anspruchsvollen Vollzeitjob in einer Führungsposition mit allem, was dazu gehört (phasenweise Stress pur!) und lebe in einer Beziehung, die in über 20 Jahren mehrmals an der Kippe stand und die an den von mir verursachten Krisen nicht zerbrochen, sondern gewachsen ist und heute einen Grad an Nähe und Offenheit erreicht hat, denn ich vor vielen Jahren niemals für möglich gehalten hätte, aber ich habe mich damals geirrt (zum Glück).

Keine Sorge, das ist keine Hollywood- oder Bollywood-Schulze. Nicht alles läuft optimal in meinem Leben. Es gibt auch Tage, in denen die Dunkelheit sich über den Horizont erhebt, doch dann lasse ich mich einfach mal wieder in JAN/A fallen, fühle das Licht durch meinen Körper strömen, flirte mit dem Dämon und surfe nach einiger Zeit wieder auf dem inneren Ozean der Gelassenheit, fühle das Leben durch meine Adern pulsieren und manchmal auch das Feuer der Leidenschaft zu leben und lieben mit allen Sinnen. It's magic, it's JAN/A ... das ist es, was diese Geschichte für mich ist, und warum ich (oder mein Dämon) sie geschrieben hat/habe.

Veröffentlicht habe ich JAN/A in dem Wunsch und der Hoffnung, für andere Menschen, die ebenfalls die Dunkelheit kennen, eine Quelle der Inspiration zu sein, wie ein Zündfunke, der vielleicht dazu führt, dass auch andere ihre Geschichte neu und vor allem selbst schreiben.

[lasst euch keinen Stempel aufdrücken, wer oder was ihr seid. Findet es heraus. Entscheidet selbst!]

Ich glaube, es wartet noch der eine oder andere Dämon auf die Eine, die ihn zu umarmen und zu lieben vermag.

Und dann gibt es ja auch noch jene Menschen, die mit einem Borderliner/in so gar nichts anzufangen wissen. Nun, vielleicht kann JAN/A ihnen eine neue Idee vermitteln, was es noch sein kann, abseits von klassischen Zuschreibungen und Vorurteilen.

Jeder Mensch ist ein Individuum, und so wie keiner einem anderen gleicht, ist auch jedes Borderline-Syndrom einzigartig. Ich behaupte nicht, die Lösung für jedes davon zu haben. Ganz und gar nicht. Ich bin vollauf damit zufrieden, für mein eigenes einen Weg der Leichtigkeit und Lebensfreude gefunden zu haben. Doch ich erzähle gerne davon, wie es ist, einem Dämon ins Auge zu blicken und sich in ihn zu verlieben.

Dies war mein Schritt vor den Spiegel, aus der Dunkelheit der Verleugnung hinein ins Licht der Wahrheit. Ich war bereit für mein eigenes Leben, meinen neuen Weg.

Und noch ein nachträgliches „Warum?“

14.02.2019 / Heute Morgen hatte ich ein Erlebnis in der Bahn nach Wien, dass diese Frage ein für alle Mal beantwortet. Ich stand im Einstiegsbereich des Wagons, drei Jugendliche im Alter von 15 oder 16 Jahren direkt vor mir. Ein großer, stämmiger Bursche, der ständig auf sein Smartphone blickte und seine Umgebung sichtlich auszublenzen versuchte. Ein weitere, eher klein und hager, die Kapuze seines Hoodys über den Kopf gezogen, wich er jedem Augenkontakt aus und war ebenfalls auf sein Handy fixiert. Der Dritte war groß und schlank, beschäftigte sich zwar auch mit seinem Handy, aber dazwischen schaute er auch auf und schien sich zumindest

etwas für seine Umgebung zu interessieren. Er sagte zu dem Kleineren mit der Kapuze: „Hast du dich da geritzt?“ und blickte auf dessen rechte Hand. Der nickte schweigend. Dann fragte der Große kopfschüttelnd nach: „Warum?“ Der Junge mit der Kapuze erwiderte leise: „Weiß nicht.“ Zuckte mit seinen Schultern und wandte sich von den beiden anderen ab.

Warum ich dieses Buch geschrieben habe?

WARUM?

Darum!

Darum habe ich dieses Buch geschrieben, um eine Idee, einen Gedanken, ein Gefühl zu erschaffen, dass vielleicht seinen Weg in die Dunkelheit finden kann, um jene zu erreichen, die sich nicht in dieser Welt oder bei sich selbst angekommen fühlen.

Als ich diese Begegnung wenige Stunden später einigen Kolleginnen erzählte, berichtete eine sogleich von ihrem Sohn, der eine Schulfreundin hat, die ebenfalls „ritz“t. Wieder Eine! Wo auch immer ich in den letzten Wochen das Thema „Borderline“ angesprochen habe, traf ich auf Menschen, die davon Betroffene in ihrem Umfeld kennen. Jeder einzelne davon ist einer zu viel. Jeder Jugendliche, gerade dem Kindesalter entwachsen, der sich selbst verletzt, ist einer zu viel.

Wie weit haben wir es als Gesellschaft gebracht? Was nutzt all unser Wohlstand, wenn unsere eigene Jugend am Leben verzweifelt? Wo haben wir versagt? Und was können wir ändern?

Ich kenne aus eigener Erfahrung dieses Gefühl der Hilflosigkeit, danebenzustehen, während es geschieht, das eigene Kind sich verletzt und man nichts tun zu kann, außer die Wunden zu versorgen. Ich weiß, wie schwer es war, mir selbst einzugestehen, dass auch ich eine Borderlinerin bin.

Aber ich weiß auch, dass genau dieses Ende der Verleugnung der Beginn meiner „Heilwerdung“ im Sinne von „annehmen, umarmen, lieben“ war.

Auch darum habe ich dieses Buch geschrieben: um jene wachzurütteln, die danebenstehen, während unsere Jugend (und nicht nur die) leidet.

Vor gut 15 Jahren ernteten jene, die öffentlich über ein Burnout sprachen, noch schiefe Blicke. Heute bekommen sie Verständnis und Unterstützung. Meine Vision ist es, dasselbe für die Borderliner zu erreichen. Wir dürfen nicht länger die Augen davor verschließen, wenn neben uns ein Mensch sich selbst verletzt, sich in der Dunkelheit verliert, denn der nächste Schnitt könnte auf der Innenseite des Arms und tiefer verlaufen – und es könnte der letzte sein.

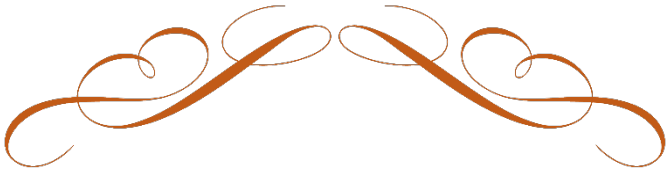
Warum?

Darum!

Darum breche ich das Schweigen, beende das Versteckspiel, spreche öffentlich darüber, was es heißt, Borderlinerin zu sein. Vielleicht war es ein Zufall, dass sich dieses Ereignis genau am Valentinstag, am Tag der Liebenden, zugetragen hat? Vielleicht war es Schicksal? Mein Schicksal?

Ich bin nicht religiös, dennoch bemühe ich hier ein Bibelzitat: Liebe Deinen Nächsten, so wie Du Dich selbst liebst ... **DU DICH SELBST LIEBST!** Wie könnten wir einem anderen etwas schenken, dass wir für uns selbst nicht haben? Es beginnt immer mit uns selbst, auch am Tag der Liebenden: Liebe Dich selbst und liebe Deinen Nächsten!

Darum – aus Liebe, zur mir selbst, und meinen Nächsten.
Darum dieses Buch.



Spiegelbild

*Ich bin, was du siehst,
und doch nur ein Bildnis im Spiegel,
hinter Glas gefangen,
unnahbar,
nur Schein,
ohne Körper,
ohne Wärme,
keine Seele,
ein Bildnis nur,
solange du nicht hinter den Spiegel blickst,
wirst du nicht wissen,
wer ich bin.*

*Du kannst mein Gesicht sehen,
doch meine Seele nicht,
kannst meinen Körper berühren,
doch mein Herz bleibt dir fremd,
solange du nicht mehr siehst,
als ein Bildnis im Spiegel.*

Lesley B. Strong (1996)



Diese Gedichte lehrten mich zu erkennen, dass es nie darum ging, jemand anders zu werden, sondern immer nur ich selbst zu sein. Die, die ich immer war, von Anfang an. Ich musste mich einfach nur wiederfinden in dem Chaos, das über mich hereingebrochen war. Und sie zeigten mir, dass die innere Leere nur ein räumlich-zeitlich bedingter Zustand war. Veränderte Rahmenbedingungen konnte diese Leere mit Leben füllen. Und damit war eines für mich glasklar: ich war KEIN hoffnungsloser Fall – ganz im Gegenteil!

MEINE WELT HEUTE – EIN MULTIVERSUM DER MÖGLICHKEITEN

Es brauchte viel Zeit, bis ich lernte, dem zuzustimmen, was ist. Das bedeutet jetzt nicht, dass ich alles schweigend hinnehme und akzeptiere, mich quasi dem Schicksal ergebe. Ich stimme dem zu, was ist. Und ich überlege mir, ob ich es so belassen will, oder ob und was ich wie verändern will, ob ich es überhaupt verändern kann, ob es überhaupt meinem Einfluss unterliegt. Dinge oder Umstände, die nicht meinem Einfluss unterliegen, die ich also nicht verändern kann, akzeptiere ich, wie sie sind. Alles andere wäre Zeit- und Energieverschwendung.

[Interessanterweise befassen sich sehr viele Menschen damit, sich über etwas aufzuregen, dass sie nicht verändern können, während sie gleichzeitig jenes, dass sie möglicherweise verändern könnten, ruhen lassen. Der Mensch ist und bleibt paradox – und gerade deshalb liebenswert.]

Wenn für mich die Chance besteht, etwas zu verändern, dann tue ich das auch. Dabei gilt natürlich der Grundsatz: Do or do not, no try there is!

[Sie kennen dieses Zitat? Klar – Meister Yoda. Tu es, oder tu es nicht. Es gibt kein Versuchen.]

... und manchmal falle ich dabei auf Nase. Nicht alles gelingt. Das ist so. Das gehört zum Leben – und heute kann ich damit leben, ohne in Selbstzweifel oder schlimmeres zu verfallen. Vielleicht habe ich damit etwas erreicht, dass man als „normal“ bezeichnet. Auf der anderen Seite: ich kenne viele Menschen, die keine Borderliner sind, und das „Normale“ auch nicht hinkriegen. Wo ist also der Unterschied? Vielleicht in der Tiefe des Fühlens? In den Impulsen, die manchmal nur schwer auf Kurs zu halten sind? Vielleicht ist der Unterschied aber auch viel subtiler.

Erlauben Sie mir einen romantischen Gedanken an dieser Stelle: Vielleicht ist es einfach so, wie in den alten Märchen? Eine Art von Magie, die manche Menschen in sich tragen, und andere nicht, oder weniger, oder sie erkennen sie nicht. Diese Art von Magie, sie vermag unbeschreiblich Schönes zu bewirken, aber auch entsetzlich Schmerzvolles auszulösen. Ein wenig ist es wie mit allem im Leben, denn alles hat zwei Seiten, auch diese Magie. Nur – sie ist leider ein wenig aus der Mode gekommen, entspricht nicht mehr dem Zeitgeist. Unsere moderne Welt, die sich so sehr auf Leistung, Tempo, Status, Perfektionismus und immer mehr davon ausrichtet, in diese Welt passt jene Magie nicht mehr. Eine Magie, die bestimmt wird von einer fast grenzenlosen Tiefe im Fühlen, einem naiven (und das meine ich absolut liebevoll!) Wunsch nach bedingungsloser Liebe und wahrhaftiger Geborgenheit. Wahrlich, diese Magie scheint nicht mehr in das 21. Jahrhundert zu passen – und doch, da sind diese vielen Menschen, die in sich diese Magie tragen, die nicht genau wissen warum, aber sie fühlen, dass sie nicht in diese Welt passen – oder diese Welt zu ihnen. Um zu überleben, lernen sie sich anzupassen, und die Magie zu verbergen, und damit verschwindet ihr strahlendes Licht, von dem nur ein kleines Flämmchen inmitten von Dunkelheit zurückbleibt. Was wäre wohl möglich, würde sich die Welt ein wenig zurückbesinnen auf die Magie, die sie verdrängt hat? Würde sich das all Zuviel

an Schein wieder in mehr Sein wandeln? Würde das Licht aus Liebe, Geborgenheit und Anerkennung sich mit jedem Sonnenaufgang über den Horizont der Unbewusstheit erheben? Eine romantische Hoffnung, doch ich mag an ihr festhalten – so wie der Dämon an mir festgehalten hat. Einst sah ich in ihm (meinem BSP) einen Fluch, heute sehe darin Magie. Ich liebe meinen Dämon!

... und das habe ich am 07.02.2019 in einem Brief an mich selbst festgehalten:

Hey, Du, ich weiß ehrlich gesagt nicht, wo ich anfangen soll. So viele Jahre hab' ich Dich nicht beachtet, Dir für so vieles die Schuld gegeben. Dabei warst Du der einzige Mensch, der immer für mich da war, immer bei mir war, Tag und Nacht, in guten wie in schlechten Zeiten. Nicht ein einziges Mal hast Du mich Stich gelassen – und ich wollte Dich so oft verstoßen, hab Dich abgelehnt und missachtet, weil ich nicht erkannte, wer Du in Wahrheit bist.

Als mir klar wurde, dass Du das beste und wertvollste bist, dass ich je in meinem Leben finden würde, wagte ich kaum noch, Dir in die Augen zu sehen. Hättest Du die Tür vor mir verschlossen, ich hätte es verstanden. Doch Du hast mich nur angeblickt, ein wenig zaghaft lächelnd, unsicher, ob Du mir vertrauen kannst nach all dem, was ich Dir angetan hatte. Nie werde ich diesen Moment der Versöhnung vergessen. Deine Augen haben mich angestrahlt, so voller Freude und Liebe, dass ich die Tränen in ihnen fast übersehen hätte, hätte ich sie nicht auf meinen Wangen gespürt. An diesem Tag fand ich Dich im Spiegel, die, die ich solange gesucht hatte.

Es hat beinahe ein halbes Leben gedauert, bis wir endlich zueinander gefunden haben, bis ich mich in die Geborgenheit Deiner Umarmung fallen lassen konnte, bis

kein Vorurteil, keine Erwartungshaltung mehr zwischen uns stand, bis wir beide sein durften, was wir immer waren: ein feuriger Funke Lebensfreude, der lachend durch dieses Leben tanzt.

In Liebe & Verbundenheit – auf ewig, Lesley

LESLEY'S WORLD: UNDYING LOVE

Ein Blick in die Zukunft gefällig? Bereit für eine 180° Grad-Wende?

Ja, ich wurde als kleines Kind in einer Situation allein gelassen, die mich in allen Belangen völlig überforderte und der eine Kette von Ereignissen folgte, in der sich einige wiederfanden, die durch nichts und niemanden zu rechtfertigen sind. Übergriffe, die niemals hätten stattfinden dürfen.

Verzeihen? Ich bin wieder Anklägerin noch Richterin. Es gab eine Zeit, die ging es mir um Wiedergutmachung, um die Zuweisung von Schuld und Sühne. Das ist lange vorbei. Heute verstehe und akzeptiere ich, was geschehen ist, ohne es gutzuheißen.

Wut? Was würde sie ändern? Meine Wut ist längst verraucht, und mit ihr auch der Schmerz.

Pragmatismus? Oh ja, eine große Portion davon, aber mehr als das: eine tiefe Ruhe in mir, wenn ich auf mein Leben zurückblicke. Es gab nicht nur Schlechtes, sonst wäre ich heute nicht mehr hier. Es gab auch viel Gutes, das sich vielleicht weniger präsent im Gedächtnis einprägte, doch es war da, und seine Auswirkungen sind bis heute für mich spürbar.

Am Anfang von allem stand: Liebe. Es ist immer Liebe, sonst würde ein Kind nach wenigen Tagen sterben, davon bin ich überzeugt. Diese Liebe lebt in jedem von uns, mit jedem

Atemzug, jedem Herzschlag – und alles, was es braucht, ist diese Liebe zu fühlen, unsere Aufmerksamkeit darauf zu lenken, denn sie ist immer in uns, sie ist unsterblich, sie ist der feurige Funke, aus dem wir einst entsprungen sind und der uns am Leben hält, die Essenz unseres Selbst und das mächtigste Gefühl, zu dem wir fähig sind: bedingungslos zu lieben.

Wieviel Licht braucht es, um die völlige Dunkelheit in einem abgeschlossenen Raum zu durchbrechen? Die kleine Flamme eines Streichholzes genügt, und die Dunkelheit weicht zurück. Eine Idee, ein Gedanke, ein Gefühl ...

Wieviel Liebe braucht es, um einem Menschen Halt zu geben? Ein Wort? Eine Berührung? Eine Umarmung?

Liebe verlangt nicht, sie gibt.

Liebe wertet nicht, sie umarmt.

Liebe erdrückt nicht, sie hält.

Liebe trennt nicht, sie verbindet.

Liebe leidet nicht, sie heilt.

Liebe ist nicht die einzige Möglichkeit, aber die Beste.

[... und wenn Sie meine Welt mit allen Sinnen erleben wollen, dann lesen Sie bitte dieses Kapitel noch mal von vorne und hören sich dazu den Song „Undying Love“ von Two Steps from Hell an. Fühlen Sie mit mir, wie Worte und eine Melodie eine Welt zu verändern vermögen, wie das Licht des Phönix, den ich schon vor Jahren zu meinem Symbol erwählte, stieg ich doch stets aus den Flammen der Veränderung wieder empor.]



Das Labyrinth

*Was bin ich?
Was will ich sein?
Was kann ich sein?
Wohin soll ich gehen?*

*Ist nicht jeder Schritt vor auch ein Schritt zurück?
Ist nicht die Reaktion auf eine Antwort eine neue Frage?
Ist es nicht gleich, wohin wir gehen?*

*Wir bewegen uns in einem Labyrinth der Seele,
hinter jeder Ecke eine neue Kreuzung,
hinter jeder Prüfung ein neues Hindernis,
und kein Ende in Sicht.*

*Es ist gleich, welchen Weg wir wählen,
das Ziel bleibt immer das Gleiche,
und der Weg dorthin ist vielfältig,
und für keinen gleich.*

*Den Sinn dahinter zu erkennen fällt oft schwer,
und das Verstehen übersteigt unser Denken,
und so können wir nur darauf vertrauen,
dass alles seinen Sinn hat –
auch das Labyrinth unserer Seele.*



WAS ICH NOCH SAGEN WOLLTE ...

... oder um es mit Inspektor Columbo zu halten: Da wäre noch eine Frage, die mich beschäftigt – oder ein finales Plädoyer 😊

11.02.2019

Heute Morgen stand ich an der Bushaltestelle, als mir ein eisiger Wind entgegenpiff. Ein trüber Montagmorgen im Februar, kein Schnee, dafür viel mehr Grau rundum. Das war im außen. Doch in mir fühlte ich etwas Feuriges ... Stöpsel in die Ohren, Welt rundum ausblenden. Wenn ich tanzen will, dann tanze ich! Was die anderen sich denken? Im besten Fall beneiden sich mich, im schlimmsten interessiert es mich nicht.

Ich ließ mich in die Schwingung von „Unbreakable“ von Two Steps from Hell fallen und breitete meine Arme aus – der Phönix seine Schwingen – fühlte den Wind, der sich darin fing, und der meinen Geist mit sich empor hob, bis ich hoch über allem schwebte, auf meiner Welle, ein tanzender Funke Lebensfreude, das leidenschaftliche Feuer des Lebens im Hier und Jetzt.

Was ich noch sagen wollte?

Zelebrieren Sie Ihr Leben!

Leben, lieben, lachen, fühlen Sie mit allen Sinnen!

Sie haben dieses eine Leben, so wie ich auch – so viel ist sicher. Alles andere ist Spekulation. Keiner von uns weiß, wie viel Zeit für uns vorgesehen ist, also nutzen Sie jeden Augenblick davon.

Nehmen Sie all das nicht als selbstverständlich. Seien Sie dankbar dafür. Genießen Sie es mit jedem Atemzug und jedem Herzschlag.

Und hier ist nun wirklich ...

... das ENDE? ... vielleicht? ... für Sie? ... Ihre Entscheidung ...

... für mich der nächste Anfang, so wie jeden Morgen, mit jedem Atemzug, jedem Herzschlag zurück ins Leben, die Lebendigkeit, Leichtigkeit ... auf den Schwingen des Phönix ... in die Umarmung des Drachen, meines geliebten Dämons.

LESLEY B. STRONG

Ich wurde am Mai 1969 südlich von Wien geboren. Jahrzehntlang durchlebte ich unerkannt als Borderlinerin alle Tiefen des Lebens, stets auf der Suche nach einer Erklärung, einem Modell, einem WIE ich mit dieser Welt und mir selbst zurecht kommen könnte, ohne Krisen, Zusammenbrüche, (Selbst)Zerstörung und Drama in allen Facetten.



Ich suchte mich - und ich fand Lesley.

INFO & KONTAKT:

ISBN (Hardcover): 978-3-99084-704-6

ISBN (Paperback): 978-3-99084-703-9

ISBN (e-Book): 978-3-99084-705-3

Kontakt: lesley.b.strong@gmx.net



www.facebook.com/lesley.b.strong/