

Friedhelm, Teilnehmer des Sahara-Stille-Retreats 2007, berichtet...

Der Alltag hat mich wieder, Seele und Körper sind neu im Einklang, der Sand ist inzwischen aus allen Poren, der Nase und den Ohren wieder raus. Ich freue mich, diese nicht leichte, aber sehr, sehr wichtige Grenzerfahrung gemacht zu haben. Es hat mir sehr gut getan, ein - zu - tauchen in das Meer der Stille, die grenzen - losen und un - end - lichen Weiten, Höhen und Tiefen der Wüste.

Ein Ort, der voller Gegensätze und Widersprüche ist, ein Raum, ein Mysterium, wofür ich kaum Worte finde.

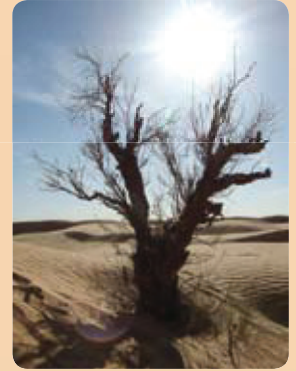
z. B.: Stundenlang gehe ich durch die monotone Wüste, Sandberge soweit das Auge reicht, bis auf Ginsterbüsche nichts Grünes zu sehen und plötzlich entdecke ich ein buntes Schmetterlingspaar beim Liebestanz. Staunen, Staunen, Staunen.

Ich hatte keine Erleuchtung, kein Aha - Erlebnis wie: Jetzt weiß ich wo es lang geht. Ich habe jetzt eine noch größere und tiefere Dankbarkeit und Wertschätzung für das Leben, für mein Leben, für das Leben meiner Mit - Menschen und der gesamten Schöpfung gefunden.

Jaa, es war (ist) schon erstaunlich für mich, zu erfahren, zu spüren, echt zu erleben.....

wenn mein Ego nicht mehr gefüttert wird, ich die Widerstände auf - gebe, mich mit den Gegebenheiten abfinde, die ich sowieso nicht ändern kann (was für mich manchmal doch recht schwierig war bzw. ist.)
Ständig wurde ich von einer unendlichen Vielzahl von Fliegen beehrt, besser gesagt: massiv belästigt; meistens war es zu heiß oder zu kalt; Nase und Augen liefen fast immer. Ständig unangenehmer Wind. Keine guten Sitzgelegenheiten, nur Sand, Sand und nochmals Sand, nach 2 Tagen saß der feine Staub in ALLEM; die Knochen taten weh, besonders Nachts ... und vieles, vieles Unangenehmes mehr.

.....was für ein tiefer, inniger Frieden, eine Ruhe, eine Gelassenheit, Gottesnähe und ein Bewusstsein sich einstellten, besonders nach den 3 Tagen und Nächten, an denen ich fastete und total mit mir und meinen 5 l Wasser pro Tag alleine war. ALL EINS, auch diese Momente durfte ich manchmal erleben. Was für ein großes Geschenk, welche Gnade! Ja, die Erde ist eine riesige, wunderbare Kugel mit einem fantastischen, klaren, kalten Sternenhimmel, der sehr beeindruckend ist.



Diese Fragen gingen mir immer wieder durch den Sinn.

Wer bin ich? Woher komme ich, wohin gehe ich? Was ist das Geschenk an der jeweiligen Situation?

Wofür könnte ich das gebrauchen? Was will in mir heilen? Was will mein Herz? Um was geht es wirklich?

Meine Erkenntnis:

Zu meinem Mensch - Mannsein, zu stehen, zu leben mit allem Drum und Dran und immer mehr aus dem Herzen, aus der Liebe zu leben. Die scheinbaren Widersprüche als Teil des Lebens hinnehmen, sie haben ihren Sinn. Jaa, das ist das Leben und es ist o.k.

In meinem Alltag lebe ich das in kleinen, tastenden Schritten: Aber ich gehe.

Mutig und ängstlich, tastend und forsch, lachend und weinend, singend, fröhlich, voller Freude und manchmal klein und mickrig.

Alles darf sein, alles hat seinen rechten Raum (auch wenn ich es jetzt nicht verstehe), und alles ist gut.

Wie wenig ich brauche, um wirklich tief zufrieden, glücklich und im Einklang mit dem Universum zu sein.

Großes Geheimnis, danke für die wertvolle Erfahrung. Das Leben ist immer wieder schön, spannend, wenn ich den Mut habe, mein eigenes zu leben. Seid herzlich umarmt und eine gute, lichtreiche Zeit.

Friedhelm