

## »Wirklichkeit und Wahrheit«

Gleich vorweg, seit vielen Jahren begleitet mich in meinen Beratungen folgender Ausspruch: *»Ich glaube dir mit viel Liebe nichts.«* Wer im Bereich der Therapie und Beratung arbeitet, weiß, dass weder Klient noch Berater die Wahrheit gepachtet haben. Ich persönlich arbeite lieber mit der Wirklichkeit. Warum?

*Wirklichkeit ist objektiv. Wahrheit ist subjektiv. Wirklich ist, was wirkt!* Ein Beispiel möge das veranschaulichen: Eine geliebte Person ist gestorben. Dieses Ereignis und alle Gefühle, die es beim Hinterbliebenen auslöst, sind Wirklichkeit. Das hat mit Wahrheit nichts zu tun. Die Wahrheit erlebt in diesem Beispiel jeder anders. Somit existieren eine Menge Wahrheiten zu ein und demselben Thema.

Wenn ich dem Menschen, der mir gegenüber sitzt, zuhöre, ihm die Sichtweise seiner Welt lasse ohne das Erzählte zu bewerten, tauche ich ein in seine Wirklichkeit. Wer jetzt meint, es gäbe eine Art Rezept, liegt gänzlich falsch. *Es gibt keine Rezepte für die Seele - gab es noch nie. Jedes Anliegen ist wie jeder Mensch individuell und einzigartig!*

Hilfreich ist, zu zeigen, dass es weitaus kräftezehrender ist, veraltete Muster festzuhalten, statt sich auf (noch unbekanntes) Neues einzulassen. Überwindbare Hindernisse auf einer solchen Entdeckungsreise sind meist die (trotzigen) Neins, die einem mehr an Frieden in der Seele gegenüberstehen. *Gleich gültig, wie wir uns entscheiden, das Neue wartet tagtäglich darauf, von uns entdeckt zu werden.*

*Beachten Sie bitte:* Systemische Lebensberatung bedeutet keineswegs, dass Sie Ihr Problem beim Berater deponieren und dieser für Sie die Arbeit erledigt. Er ist ein Begleiter bei der Lösung Ihres Problems. Als Bild: Wenn Sie eine Bergtour unternehmen, ist der Berater vergleichbar mit einem Bergführer. Er zeigt Ihnen den Weg, aber trägt Sie nicht hinauf zum Gipfel. Gehen müssen Sie selbst.

*Anmerkung:* Meine Arbeitsweise hat nichts mit »wegmachen« oder gar »heilen« zu tun. Mit meiner Arbeitsweise hole ich den Menschen an der Stelle ab, an der er mit seinem Thema, seinem Konflikt steht. Daraus resultiert ein Impuls für den nächsten Schritt. Daher sind meine Beratungen effektiv und kurz.

*Bleibt noch die wertfreie Frage:* Will ich weiterhin Opfer und »armes Ich« sein, oder wird es langsam Zeit für ein mehr an Frieden in meiner Seele und somit auch in meinem Leben?