

„Leben ist Zeichnen nur ohne Radiergummi“

Oskar Kokoschka

Diese Metapher finde ich so treffend, weil mir der Wunsch, gewisse Linien im Leben auszuradieren, in vielen Coachinggesprächen begegnet und mir aus meinem eigenen Leben natürlich auch vertraut ist.

Wie gern hätten wir gewisse Fehler nicht begangen oder Entscheidungen anders getroffen. Wie oft bedauern wir nicht schlauer, besser, disziplinierter, gelassener usw. zu sein. „Es kann doch nicht sein, dass mir das immer noch passiert“ ist ein Satz, den ich von meinen Kunden kenne.

Wie unser Leben ist, wie wir es gemalt haben und welche Zeichnungen das Leben selbst hinzugefügt hat, so soll es häufig nicht sein.

Ich möchte Sie daran erinnern, immer wieder den Gedanken aufzugeben, ein Radiergummi haben zu wollen.

Viele meiner Kunden kennen das, wenn ich einen Stift fallen lasse und frage „hätte ich den jetzt auch nicht fallen lassen können?“ „Ja“, antworten fast alle ganz automatisch. Mein: „Nein, hätte ich nicht“ führt dann zu irritierten Blicken.

Die Erklärung erscheint schon zu banal, nämlich dass wir die Zeit nicht zurückdrehen können. Der Stift liegt am Boden; dieser Augenblick des Loslassens und Fallenlassens ist vorbei. „Hätte“ gibt es auf der Ebene der Realität nicht. Joachim Schaffer-Suchomel schreibt in seinem Buch „Entdecke die Macht der Sprache“ folgendes: *Hätte* ist Konjunktiv II von *haben*. Was mit Hilfe eines Konjunktivs auf etwas nicht Reales verweist, bezeichnet man grammatikalisch als Irrealis. Dieses Irrealis schafft keine Realität sondern baut Luftschlösser. Die Kraft liegt in der Gegenwart, im Tun.

D.h. solange wir ein Radiergummi suchen, solange wir einen Strich in unserem Leben weghaben wollen, solange sind wir innerlich in dieser Sache nicht in der Gegenwart. Und ganz egal wie groß unser Widerstand dagegen ist, es gibt kein Radiergummi.

Wenn wir diese Tatsache jedoch annehmen und vom Herzen her zulassen, sind wir bereit wieder weiter zu malen. Wir müssen die Ausreißer, Schlangenlinien, Zacken usw... auf unserem Lebensbild nicht toll finden, es genügt völlig, sie als zugehörig zu betrachten. Dann nehmen wir auch wahr, was aus unseren Fehlern an Neuem und Sinnhaften entsteht.

Ich wünsche uns Allen, dass wir mit Selbstliebe auf unsere Lebenszeichnung blicken und einfach denken „meins“.