



Der Schmerz erwartet einen in der stillen Finsternis

Slavemaster - 7.1.2005 um 05:27

Die letzten Tage/Wochen beschlich mich in der Freizeit immer so ein Gefühl von Unruhe, getrieben von hemmungsloser extremer Reizüberflutung und dem Zwang etwas sinnvolles zu tun.

Heute Abend gammelte ich wieder mal vor dem PC und dem TV herum und hatte wieder dieses komische Gefühl von Rastlosigkeit und totaler Unzufriedenheit.

So um ca. 1:30 drehte ich den ganzen scheißdreck von PC und TV ab und ging ins Nebenzimmer.

Dort machte ich das Licht aus und schloß die Vohrhänge so das es im Raum total Dunkel war.

Da war ich nun...es war total dunkel nichts zu hören...nichts zu sehen...meine Welt war auf diesen kleinen Raum geschrumpft indem nur noch ich und meine Gedanken waren...um besser Nachdenken zu können legte ich ne CD von Blind Guardian in den CD-Player die ich aber so extrem leise aufdrehte das man sie gerade noch hören konnte da mich die dunkle Stille sonst erdrückt hätte.

Jetzt saß ich da auf der Couch und dachte über mein Leben nach, welche Perspektiven und Möglichkeiten ich wohl haben würde...was gewisse Sachen für mich etwas im Leben bedeuten ...was ich noch machen sollte/müsste.

Da ich meinen Ölofen im Zimmer abgestellt hatte wurde es langsam kühler in diesem dunklen stillen Raum und ich hatte jedes Zeitgefühl verloren als ich immer weiter in meinen Gedanken versank und langsam einschlief.

Als ich plötzlich wieder aufwachte war er da...grausamer, harter, unerbitterlicher, realer, seelischer Schmerz.

Er war so gewaltig so real als würde jemand einen langsam und sadistisch Foltern, mir blieb regelrecht die Luft weg und mir kamen die Tränen...ist das mein wahres ich...besteht mein innerstes nur aus diesem Schmerz...ist das alles was mich vorantreibt in diesem Leben....

Ich ging zum Fenster und riss es auf...ich holte tief Luft die eisig und frisch war und starrte in den Himmel.

So unglaublich...so viele Sterne...genauso viele wie es Möglichkeiten gab...es war überwältigend, danach ließ der seelische Schmerz langsam nach.

Jetzt sitze ich wieder am PC un schreibe hier, der Schmerz ist wieder auf sein "normales" Niveau zurück gekehrt nur etwas leichter als es vorher war bevor ich mich der dunklen Stille ausgesetzt hatte.

Jetzt weiß ich wenigstens woher das Gefühl der Rastlosigkeit, Sinnlosigkeit und des Zwangs zu konsumieren herkommt. Ob es dafür Abhilfe gibt das weiß ich nicht aber es war ein interessanter Selbsterkenntnistrip.

Habt ihr schon mal etwas ähnliches erlebt was dem gleich kommt?

... - 7.1.2005 um 17:30

Ja, eindeutig ja!!! Was Du gemacht hast, @Slavemaster, kennt man auch unter dem Namen "Körpertherapie". Wenn Du Dich aus allen Bereichen, die Dein Geist Dir aufgibt, herausziehst, dann spricht Dein Inneres, Dein Körper, Dein Es, oder wie immer Du es nennen willst zu Dir. Es will Dir irgendwas mitteilen. Es verbietet sich aber, daß zu interpretieren. Dein Körper ist noch so gut drauf, daß er Dir was mitteilen will und wohl auch kann. Laß dieses Gefühl zu und überleg Dir selber, was Du damit anfangen kannst. Vielleicht hast du ein körperliches, vielleicht ein seelisches Problem, was da aus Dir rauskommt. Die Lösung dazu mußt Du selber finden. Es hat eh'wenig Sinn, darüber zu reden, weil wir zu wenig Worte für die Erfahrung kennen, die Du gemacht hast.

dian - 7.1.2005 um 23:13

Ja, das sehe ich ähnlich.

Wenn du in deinem Inneren diesen Schmerz fühlst, ist das sicher kein "Unfall" oder ein Fehler in der Matrix... ich denke auch, dass das einen bestimmten Zweck erfüllt, bzw. dir irgendwas sagen will.

Vielleicht bekommst du das als Hürde vom Schicksal in den Weg gelegt, um daran zu wachsen und über dieses negative Gefühl zu triumphieren. Vielleicht soll es dich aber auch zu bestimmten Taten anspornen... vielleicht ist es eine Gabe, durch die du Dinge wahrnehmen kannst, die vielen anderen verschlossen bleiben. Wer weiß das schon?

Ich denke, du solltest wie ein Wissenschaftler an die Sache rangehen... Forsehe an deiner Seele, an dir selbst. Gut möglich, dass es dich trotz allem Schmerz am Ende weiterbringt.
