

# Meine persönliche Weihnachtsgeschichte # 1

---

Diese Geschichte spielt in drei Zeiträumen und beginnt vor etwa 65 Jahren. Aktualisiert wurde sie im Jahre 1998 (also 38 Jahre später) und bekam ein ungeahntes Update.

## **Die Engel und ich**

Es war zu Weihnachten, Ich war noch ein kleines Mädchen und wir waren bei meinen Großeltern, um Weihnachten zu feiern.

Das ist schon lange her und damals hatten die meisten Menschen noch ein Plumpsklo. Wenn du älter bist, dann kennst du es vielleicht auch noch. Ich jedenfalls erinnere mich noch sehr lebhaft an die Toilettenhäuschen meiner Großeltern väterlicher und mütterlicherseits. Ihnen gemeinsam war, dass Sie außerhalb des Wohnbereiches lagen. Mit anderen Worten: Wenn man auf die Toilette wollte, musste man das Haus verlassen und in den Stall, wo irgendwo das Plumpsklo war. Nein, gemütlich war es nicht und man ging wirklich nur, wenn man „musste“. Und ja, irgendwann musste ich auch. Ich war zwar noch klein, aber alt genug, um alleine gehen zu können. Und so ging ich durch die Küche auf den Hof in Richtung Stall/Klohäuschen. Dabei schaute ich zum Sternenhimmel (ja, ich habe sie schon immer geliebt, diese sternenklaren Nächte und diese „unendlichen Weiten“.

Und ich erinnere noch genau, wie ich in den Sternenhimmel schaute und dann plötzlich die Engel singen hörte. Wenn du schon einmal Engel singen hören hast, dann weißt du, wie himmlisch das klingt. Und wie schwer es zu beschreiben ist. Viele Jahre später habe ich solch himmlische Klänge noch einmal hören können – in einem Traum. Aber das ist eine andere Geschichte...

Zurück zu damals...

Zu dem kleinen Mädchen dort unter sternenklarem Himmel und den Gesängen der Engel, die mich entzückten... Nachdem ich mein Geschäft verrichtet hatte, lief ich ganz aufgeregt hinein ins warme Haus und in die gute Stube.

## ***„Ich hab die Engel singen gehört“***

verkünde ich lauthals und voller Freude. Doch alle schauten mich zweifelnd an und dann hörte ich:

## ***„Das hast du dir nur eingebildet“.***

Und auch, als ich beteuerte: „Nein, das waren die Engel, ich hab’s genau gehört“ schenkte man mir keinen Glauben. Im Gegenteil, alle sagten:

*„Das kann nicht sein. Wer weiß, was du gehört hast. Wahrscheinlich waren es die Nachbarn, die unter dem Weihnachtsbaum Weihnachtslieder gesungen haben.“*

Da stand ich also da - mit meiner Freude, mit diesem Glück, die Engel singen gehört zu haben und mir wurde gesagt:

*„Das hast du dir nur eingebildet!“*

Ich weiß nicht, ob es der Start dafür war, an meiner eigenen Wahrnehmung zu zweifeln. Wahrscheinlich nicht, denn wenn ich so drüber nachdenke, dann wird diese Szene sich erst nach dem Missbrauch abgespielt haben.

So wird es mich erneut darin bestärkt haben zu zweifeln – an meiner Wahrnehmung, an dem, was ich gehört, gesehen, gefühlt, wahrgenommen habe. Denn wenn man/frau Missbrauch erlebt, ist es ja meist so, dass man es nicht glauben kann, was da mit einem passiert. Es ist so unvorstellbar, so ungeheuerlich, dass man es verdrängt und ganz schnell ganz tief wegpackt in die Tiefen des Unbewussten.

Doch zurück zu den Engeln...

So schön es auch gewesen war... Ich fing an, daran zu zweifeln, dass es wirklich die Engel gewesen waren und dachte jahrelang: Ja, wahrscheinlich waren es die Nachbarn, die an jenem Abend Weihnachtslieder gesungen haben, deren Klang bis zum Haus meiner Großeltern wehte. Der Stachel bzw. der Zweifel saß tief.

Jahre später lernte ich John kennen, der meine große Liebe werden sollte. Wir begegneten uns in einem Seminar beim Monroe-Institute. Auch das ist eine andere Geschichte.... Was für diese Geschichte und zum Thema „Wahrnehmung“ und dazugehörend auch „Selbstliebe“ wichtig ist, ist dieser Part:

Robert A. Monroe hat Hemi-Sync entwickelt – ein System, mit dem man sich in andere Bewusstseins Ebenen begeben kann. Während des Seminars begaben sich die Teilnehmer unter gesprochener Anleitung auf verschiedene „Bewusstseins-Reisen“ und anschließend wurden die Erfahrungen im Teilnehmerkreis ausgetauscht. Nach einer dieser Reisen, auf dem Weg zum Gruppenraum, begegnete ich John und er fragte, wie es mir ginge.

Ich brach in Tränen aus und sagte, ich hätte gerade eine Erinnerung gehabt... „Very strange“: Ich hatte mich in einem kleinen Raumschiff gesehen, das am Boden zerschellte. Nicht nur ich, sondern vor allem auch meine kleine Mannschaft – wir alle starben in den Trümmern. Und ich hatte mich so schuldig gefühlt, weil ich dachte, ich hätte einen Fehler gemacht, der zum Absturz geführt hatte. (Jahre später erfuhr ich in einem ganz anderen Setting, dass das Raumschiff manipuliert gewesen war – aber auch das ist eine andere spannende Geschichte...)

## **Vertraue Deiner Erfahrung**

Für diese Engels-Geschichte, in der es auch um die Wahrnehmung geht, ist wichtig, dass John mich damals im Monroe-Institut beiseite nahm, mit seiner Hand in meinem Energiefeld am Rücken wirkte und wieder und wieder sagte: *„Trust your expirience. Trust your experience. Trust your expirience.“*

Rückblickend kann ich sagen, dass John mir mit diesen 3 Worten den Schlüssel zu MEINER Wahrnehmung und Wahrheit überreichte und ich ihm bis heute unendlich dankbar dafür bin.

Denn – was auch immer ich erlebt habe und sei es auch noch so „strange“ – John ist (und heute kurz vor Weihnachten 2025 muss ich leider schreiben: WAR) einer der wenigen Menschen, mit denen ich meine eher „abgefahrenen“ Erlebnisse und Erfahrungen in Gänze teile und dem (wie mir) nichts wirklich fremd zu sein scheint.

Und – um diese Geschichte abzuschließen...

## **Eine unverhoffte Bestätigung**

Vor einigen Jahren (2018) saß ich beim Frühstück und sinnierte über diese Engels-Geschichte und darüber, ob ich damals vor über 60 Jahren wohl „wirklich“ die Engel hab singen hören.

Und mit einmal höre ich sie – diese sanfte innere Stimme in mir. Und sie sagt:

*„Ja, wir waren da. Wir haben für dich gesungen. Wir waren immer da. Wir waren da, als der Missbrauch war. Wir waren da bei allem Schlimmen, was dir passiert ist. Wir konnten es nicht verhüten, aber wir waren da. Wir waren da und wir haben dich gehalten. Wir waren da.“*

Und ich sitze und höre diese sanfte Stimme und die Tränen laufen meine Wangen hinunter. Und ich spüre die Liebe der Engel und ihre Versicherung:

***Wir waren da und wir sind IMMER da für dich.***

Das war die erste Geschichte.

Und du kannst dich fragen:

### **Was hat sie mit Selbst-Liebe zu tun?**

Nun, sie hat damit zu tun, dir selber zu trauen. Deiner Wahrnehmung zu trauen. Zu ver-trauen.

Dies ist zwar eine Geschichte aus meinem Leben, aber Sätze wie: *„Das hast du dir nur eingebildet“* sind Sätze, die viele Menschen gehört haben.

Und wenn du es oft genug gehört hast oder vielleicht auch nur einmal – es kommt immer auf die Situation drauf an. Wenn dir solche Sätze gesagt werden, von dir wichtigen Menschen, dann fängst du irgendwann an zu zweifeln an dir und deiner Wahrnehmung.

Und bei der Selbst-Liebe, da geht es auch darum, dass du dir und deiner Wahrnehmung traust:

Dass du dich annehmen kannst – mit allem, was du wahrnimmst, mit allem, was du fühlst. Mit allem, was du bist.

Wahrnehmung ist ein wichtiger Aspekt. DEINER Wahrnehmung trauen.

Vertrauen, dass alles gut ist. Vertrauen, dass alles gewollt ist – von einer höheren Ebene.

Auch wenn in dem Moment, wo wir drin sind in dieser ganz schwierigen und heftigen Situation – wo wir verzweifeln und kaum mehr an Gott glauben oder uns ja auch oft abwenden („Mein Gott – warum hast du mich verlassen?“) auch solche Situationen sie haben ihren Sinn – selbst wenn wir ihn in diesen Momenten nicht erkennen können.

### **Das zeigt diese Engelsgeschichte.**

Ich weiß jetzt:

Die Engel waren für mich da, sie sind für mich da. In meinen schwierigsten, heftigsten Momenten (und auch dazu könnte ich dir noch weitere Geschichten zu erzählen...)

Die Engel sind immer da. Sie können nicht alles verhüten, weil...

Wir haben unseren Lebensplan, wir möchten bestimmte Erfahrungen machen.

So erinnere ich eine Arbeit mit der Boden-Timeline während der Ausbildung „NLP und Gesundheit“ bei Robert Dilts. Da kam ich noch einmal an den Punkt des Missbrauchs. Und sah während dieser Arbeit zwei Engel! Und ich wusste: sie waren da und haben so gut es ging auf mich aufgepasst. Aber – und das konnte ich auch sehen – der Missbrauch gehörte zu meinem Seelenplan und die Seele meines Onkels und die meine hatten sich verabredet, damit ich diese Erfahrung machen konnte.

Weil sie wichtig ist für mein heutiges Wirken als Therapeutin, Heilerin, Lehrerin. Ich habe dieses tiefe Verständnis für missbrauchte, für geschundene Menschen. Und dieses Mit-Gefühl und diese Liebe.

Es geht also darum, zu vertrauen. Dir selbst Vertrauen – anderen vertrauen – dem Großen Ganzen vertrauen.

Ja, das war die erste Geschichte. Wenn du mich kennst, dann weißt du, dass ich mit meinen Geschichten oft weit aushole und es aussieht, als wenn ich vom Hölzchen aufs Stöckchen komme. Aber es spielt alles zusammen...

Es ist ein Teil des Gewebes meines und auch deines Lebens. Und natürlich ist es kein Zufall, dass du diese Zeilen liest.

Wenn du magst, schreib mir gerne, was diese Geschichte in dir angerührt hat. Wo du in Resonanz gegangen und dich wiedergefunden hast. Ich schreibe es gerade und denke: Was für ein schönes Wort und Gefühl – **sich „wiederfinden“**. Wenn dir meine Geschichte dabei geholfen und etwas in dir bewegt hat, dann hat sie ihren Zweck erfüllt und das Niederschreiben sich gelohnt.

In Liebe,

deine Angelika (für viele immer noch Anna)