

Das Meeting

Für einen Hochsensiblen, der ein glückliches, zufriedenes Leben führen will, genügt es nicht, Medikamente zu schlucken, Suchtmittel wegzulassen oder Abgrenzung und Resilienz zu erlernen. Er braucht ein spirituelles Programm für sein zukünftiges Leben, abgestimmt auf seinen persönlichen Glauben. Denn wir sehen Menschen, die mit besonderer Empfindsamkeit ausgestattet sind, als Sicherheitseinrichtung der Schöpfung und Früherkennung gegenüber toxischen und für den Menschen schädigenden Einflüssen. Wir sehen psychische Erkrankungen, Allergien, Krebs oder psychosomatische Beschwerden allesamt als Folgen einer Lebensführung, die der eigenen Art und genetischen Veranlagung zuwiderläuft. Es sind vielmehr universelle Zeichen, Folgen von Degeneration, und ein Hinweis darauf, dass der Mensch in Disharmonie mit seiner Umwelt und der Natur lebt.

Das Besondere der Treffen ist die Art und Weise, wie die Anwesenden miteinander kommunizieren.

Durch Anonymität werden die hierarchischen Strukturen der Umwelt außer Kraft gesetzt. Die Hochsensiblen sind alle gleich in ihrer Veranlagung. In der Gruppe zählt nur die Aussage, nicht die Person. Gesprochen wird über alles, was den Freunden wichtig ist. Vor allem aber über ihre Gefühle und Gedanken. Vielleicht sprechen sie von der Zeit ihres Lebens, als eine Abhängigkeit der Chef war oder sie noch an einer psychischen Krankheit litten, weil sie sich noch nicht selbst annehmen konnten, oder von der Zeit danach, ihrem Weg in ein bewusstes, achtsames und nüchternes Leben, nachdem sie gelernt hatten im JETZT die Möglichkeit der freien Wahl zu haben. Augenblickliche Schwierigkeiten in ihrem Leben werden genau so beschrieben wie Schönes, das sie erfreut hat. Alle Themen, die sich auf unser Programm beziehen, sind willkommen. Hier freut man sich über jeden Neuen, der eintritt, weil er den Wunsch hat, mit seiner Hochsensibilität leben zu lernen. Jeder, der etwas zu sagen oder zu fragen hat oder sich der Gruppe mitteilen will, kann dies tun.

Dabei spricht jeder nur für sich und über sich selbst – seine eigenen Gefühle. Namen sollen nicht genannt, Kritik soll nicht geübt und Ratschläge nicht erteilt werden. In den Meetings kann der Sensible die Fähigkeit entwickeln, sich selbst zu erkennen – durch die Offenheit und das ehrliche Bekenntnis der anderen. Er lernt, seine eigenen Schwächen, Fehler und Handlungsweisen selbstkritisch zu betrachten und sie schließlich zu offenbaren. Dadurch lernt er seine Begabung kennen, zu sich zu stehen – „ICH BIN...“ – und beendet gleichzeitig seinen Kampf und Widerstand gegen seine Umwelt, der sich mittlerweile gegen ihn selbst gerichtet hat.

Ein anderer anonymer Hochsensibler wird ähnliche Schwierigkeiten gehabt haben und kann schildern, wie er damit fertig geworden ist und was er heute anders als früher macht. Die Erkenntnis, mit seiner Begabung, seinen Gedanken und Gefühlen nicht alleine dazustehen, vielleicht das erste Mal von Gleichgesinnten verstanden zu werden, macht Mut.

Die Beispiele anderer, die aus scheinbar auswegloser Lage durch ihre Erkenntnis einen neuen Start ins Leben, ein Erwachen und Bewusstwerdung gefunden haben, spenden Mut und Hoffnung.

Die anonymen Hochsensiblen treffen sich regelmäßig, um ihre Erfahrungen und Erkenntnisse auszutauschen. Der ständige Kontakt untereinander, der durch Offenheit und Ehrlichkeit gegenüber der eigenen Hochsensibilität geprägt ist, erhöht die Bereitschaft, sich selbst besser erkennen, annehmen, vertrauen und lieben zu lernen. Das bis dahin unterdrückte, in den eigenen Schatten verdrängte, unerfüllte Gefühl von Gemeinschaft und ehrlicher Freundschaft kann den ständigen Zwang nach Aufmerksamkeit, Akzeptanz, Anerkennung, Geborgenheit und Liebe durchbrechen. Das versteht SAG7 unter dem Begriff Genesung: die persönliche, seiner genetischen Veranlagung entsprechende Gestaltung des eigenen Lebens.

Der „Neue“ lernt, bewusst im Hier und Jetzt zu leben. Nur diesen heutigen Tag. Anstatt länger gegen seine eigene Veranlagung und Bestimmung ankämpfen zu müssen, lernt er in dieser neuen Freiheit das Leben zu genießen. Das ist eine große Herausforderung und oftmals nicht einfach. Zumal die Systeme dieser Welt auf die Bedürfnisse der Mehrheit – also der weniger sensiblen Menschen – abgestimmt sind. Die meisten Hochsensiblen sind durch das lebenslange Verdrängen ihrer Veranlagung oft in Abhängigkeiten gerutscht. Ganz egal, ob diese an Suchtmittel wie Alkohol, Nikotin, Drogen oder Stoffe wie Medikamente, Koffein, Zucker, etc. gekoppelt ist. Auch die Sucht nach Geld, Arbeit, Spielen, Computer, Sex, Andersartigkeit ist nur eine andere Form der zwanghaften Anpassung an die vermeintliche Zugehörigkeit zur Gesellschaft.

Sobald der Gleichgesinnte erkennt, dass er nicht mehr länger gegen seine Veranlagung ankämpfen muss, sinkt auch der Drang und Zwang, etwas wegmachen zu wollen. Also hört er auf, sich in eine gewünschte Weltsicht zu flüchten und sich selbst zu zerstören. Er erkennt, dass er seine Wahrnehmungen und seinen sensiblen Wesenskern nicht länger betäuben muss. Der Weg aus zwanghaftem, abhängigem, unfreiem Verhalten ist somit geebnet.

So beginnt der Hochsensible, sein verworrenes Denken und seine unglücklichen Gefühle zurechtzurücken und seine wahre Bestimmung zu entdecken. Durch die Anwendung des 12-Schritte-Programms von SAG7 lernt er, sich langsam zu dem Menschen zu entwickeln, der seine Begabung zu seinem eigenen und zum Wohl der Menschheit einsetzen kann. Diese Schritte sind Empfehlungen, durch die er lernen kann, besser mit seinen Gedanken, Gefühlen und seiner eigenen Begabung umzugehen. Somit kann er ein zufriedeneres Leben führen und eine bis dahin unerkannte Freiheit kennen lernen.

Dem „Neuen“ wird empfohlen, regelmäßig in SAG7-Meetings zu gehen, um mit anderen Hochsensiblen in Verbindung zu bleiben und aus dem Genesungsprogramm zu lernen.

