Lieber Werner,

was soll ich sagen? Im Grunde gibts nichts zu sagen und schon gar nichts mehr zu fragen. Ich erlebe nur noch, wie du es ja mir vorausgesagt hast, dass die Hand zur Gangschaltung geht, obwohl ich jetzt mit Automatik fahre, und manchmal versuche ich auch noch zu kuppeln, dann spätestens kommt die Erinnerung, dass Gedanken sich aus Gewohnheit so denken, als wäre da ein Denker, der sie „in eigener“ Initiative denkt. Das geht wohl noch eine Weile, aber ich spüre, dass der Gedanke „ich“ denke, „ich“ handle immer schneller als Illusion erkannt wird und dann stoppt etwas in mir den Gedankenfluss ist wie eine Schere, die sie abschneidet. Ich kann nicht sagen, dass keine Angst mehr da ist (mein Hauptproblem!) aber auch da ist es so, dass es immer schwieriger wird, „lange“ zu glauben „ich“ habe Angst. Es war gut, bei dir zu sein und ganz oft erinnere ich mich besonders daran, wie wir lachten, bis mir die Tränen kamen, als wir die Übung „Ichlos-Appetizer“ machten, weil die Sätze ohne Ich und Infinitiv so extrem kraus waren und die Angst völlig raus war.

Alles Liebe und du hörst sicher wieder mal von mir

PEACE, Thorsten