

Auszeit-Momente

MIT MICHAEL MICHELS



Zurück an den Ursprung aller Dinge. Wir haben Michael Michels besucht und mit ihm über sein Leben, seine Erfahrungen und das Thema Achtsamkeit gesprochen.

Michael, Du baust kunstvolle Steintürme in der Ahr bei Bad Bodendorf. Was hat es damit auf sich und welche Wirkung haben die Türmchen auf uns Menschen?

Ich glaube, dass jeder Mensch seine Form des persönlichen Ausdrucks finden muss – mein Ausdruck sind die Steine. Mir geht es darum, die Steine in all ihrer Lebendigkeit sprechen zu lassen. Ich sehe mich nicht als Künstler, sondern baue die Skulpturen als Einleitung in die Meditation oder aus der Meditation heraus. Es ist faszinierend zu sehen, was sie bei anderen bewirken: Gerade ältere Menschen bleiben stehen und staunen. Sie können nicht glauben, dass die Steine einfach in Balance stehen und nicht befestigt sind. Dieses Staunen ist das innere Kind in ihnen, das durch die Türme erweckt wird. Viele Menschen nutzen den Ort mittlerweile, um Energie und Kraft zu tanken.

"Viele Menschen nutzen den Ort, um Energie und Kraft zu tanken."

Vor 28 Jahren hattest Du nach einem Lungenriss eine Nahtoderfahrung – inwiefern hat diese Dich und Deine Sicht auf das Leben beeinflusst?

Dieses Ereignis hat von Grund auf alles geändert. Rückblickend betrachtet hatte ich zwar schon immer einen spirituellen Teil in mir, dennoch ging es mir lange Zeit einfach nur darum, viel Geld zu verdienen. Ich wollte quasi im Porsche die Abkürzung zur Spiritualität nehmen. Meine Nahtoderfahrung hat mich dann auf den wirklichen Weg dorthin gebracht. Ich musste diese verarbeiten und suchte Orientierung. Da Psychologen mir nicht weiterhelfen konnten, kam ich letztlich zur Meditation. Diese bestimmt seither mein Leben und brachte mich zurück an

den Ursprung aller Dinge. Ich weiß heute wieder, dass es etwas gibt, das größer ist als wir selbst.

Du bist in deinem Leben bereits viel in der Welt herumgekommen. Was hast Du aus Deinen Reisen an Erfahrungen mitgenommen und was hat Dich am meisten beeindruckt?

Ich bin immer schon viel gereist, doch meine Reisen nach dem Lungenriss haben mich an Orte gebracht, an die ich früher nie wollte. Ich bin einfach meiner inneren Stimme gefolgt, die mir jedes Mal etwas zeigen wollte. So kam ich nach Indien, Portugal und ins Amazonasgebiet. Am meisten geprägt hat mich jedoch meine Reise nach Sri Lanka. Dort habe ich 2004 unmittelbar nach dem Tsunami Hilfe geleistet. Ich habe die gewaltige Zerstörung und die unfassbare Trauer vor Ort hautnah miterlebt, aber auch die daraus entstehenden Neuanfänge. Mit Menschen zu sprechen, die alles verloren haben, hat mich tief beeindruckt.

Wieso hat es Dich ausgerechnet an die Ahr verschlagen und was inspiriert Dich hier besonders?

Mein Geburtsort Sinzig liegt im Mündungsgebiet der Ahr. Ich hatte schon immer einen Bezug zur Ahr, die als einziger Fluss Europas naturbelassen und ungebändigt in den Rhein fließt, aber nie war er so innig wie heute. Die Ahr ist lebendig und für mich energetisch sehr stark. Sie zeigt mir, dass die Natur alles von selbst geregelt bekommt und unsere Kontrolle nicht braucht. Ich bin täglich dort, um zu meditieren und



Michael Michels

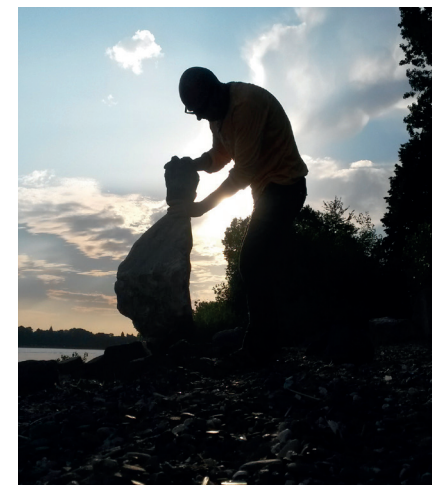
Menschen zu begegnen. Hier in der Natur öffnen sich Menschen, hier gibt es kein Schubladendenken. Wir Menschen sind doch alle spirituelle Wesen und auf derselben Suche mit unterschiedlichen Erfahrungen. Begegnungen machen für mich das Leben aus.

Welche Rolle spielt Achtsamkeit für Dich?

Achtsamkeit ist für mich der wichtigste Grundbaustein unseres Lebens, den es in allen Bereichen zu pflegen gilt. Wir sollten immer versuchen, achtsam zu sein, vor allem im Zwischenmenschlichen, um in Begegnungen die richtigen Worte zu wählen. Achtsamkeit liegt in den kleinen Dingen und kann auch heißen, beim Spaziergang durch die Natur Müll einfach aufzusammeln, anstatt sich darüber zu ärgern. Ohnehin sind mir die kleinen Dinge heute viel wertvoller als Geld und Status.

Was ist Dein ganz persönlicher Lieblingsort im Umkreis der Rheinstädte?

Generell ist das der Wald, ganz egal wo. Der Wald ist ein lebendiger Organismus und spendet Kraft. Eine Erfahrung aus meiner Reise in den Amazonas hat mich verstehen lassen, was Natur pur ist und welchen Wert die Natur hat.



Im Interview

MICHAEL MICHELS

Geboren ist Michael Michels im Jahr 1964 in Sinzig am Rhein als mittlerer von insgesamt drei Brüdern. Nach einer Ausbildung als Kunstschmied arbeitete er in verschiedenen Berufen, u.a. als Reiseleiter, in der Gastronomie sowie als Börsenmakler für eines der damals größten amerikanischen Brokerhäuser. Im Alter von 28 Jahren erlitt Michels einen Lungenriss und hatte daraufhin eine Nahtoderfahrung. Seitdem stellte er sein Leben von Grund auf um, bereiste viele Länder, begleitete psychisch kranke Menschen sowie Sterbende. Überregionale Bekanntheit erlangte Michels durch seine kunstvollen Steinskulpturen. Heute lebt er in Remagen, nahe der naturbelassenden Ahrmündung.