

## **Adventskalender: 24 märchenhafte Selbstcoaching-Geschichten zu Work, Life und Balance**



**18. Dezember**

### **Die Geschichte von der Geduld oder wenn du dein Ziel erreichen willst, vergesse dein Ziel**

von Susanne Spieß

Ein Mann war auf einem Weingut beschäftigt, auf dem es stets vielerlei zu tun gab.

Die Arbeit fiel ihm sehr schwer: War er beispielsweise bei der Ernte der Weintrauben betrachtete er die langen Reihen von Weinstöcken, deren bloßer Anblick ihn innerlich aufseufzen ließ: „Das hört ja nie auf!“ Diese Tätigkeit war so langweilig und ging so unendlich langsam vorwärts. Immer noch trennten ihn unzählige Weinreben von seinem Ziel, dem Ende der Reihe.

Endlich, endlich ertönte die Glocke und es war Zeit für eine Pause. Endlich!

Er richtete sich auf, nahm den schweren Korb ab, rieb sich den schmerzenden Rücken, wischte sich den Schweiß von der Stirn und ächzte vor Erleichterung: „Pause!“ Endlich konnte er essen, trinken, sich-unterhalten. Und vor allem: er brauchte sich eine Weile nicht um diese langweiligen Weinreben kümmern!

Bald saß er neben seinem Freund auf einem der schmalen Grasstreifen zwischen zwei Rebstock-Reihen und aß die mitgebrachte Brotzeit.

„Wieso siehst du denn so missmutig aus?“, fragte der Freund.

„Ich kann diesen blöden Weinberg einfach nicht mehr sehen. Ich bin es so leid. So viele Weinstöcke vor mir und es hört und hört nicht auf. Es dauert so ewig lange bis das Ende erreicht ist. Das ist so langweilig, so öde, es steht mir bis hier.“ Dabei bewegte er mit einem missmutigen Gesichtsausdruck die Handkante waagrecht vor seine Kehle hin und her.

Sein Freund lachte. „Das glaube ich dir. Man sieht es dir an. Du machst es dir aber auch schwer!“

„Ich mir schwer?“

„Ja, du dir schwer.“

„Willst du dich über mich lustig machen?“, fragte der Mann entrüstet.

„Nein, ich habe nur an meinen Großvater gedacht, der einmal eine Pilgerreise unternahm, die einige Monate dauerte. Er erzählte mir später folgendes darüber: <<Als ich losging, war ich voller Begeisterung und Tatkraft. Ich hatte ein Ziel vor Augen und wollte es erreichen.

Doch nach der ersten Stunde wurde mir mit einem Mal bewusst, dass mich unendlich viele Schritte und unendlich viele Stunden von meinem Ziel trennten. Ich wünschte mir nichts sehnlicher, als schon dort zu sein oder noch besser, dieses Unternehmen gar nicht erst begonnen zu haben.

Der erste Tag schleppte sich trostlos dahin, der zweite ebenso.

Am dritten Tag fiel mir gegen Mittag auf, dass ich schon einige Stunden auf den Beinen war! Ich hatte die ganze Zeit auf die Landschaft, den Gesang der Vögel, den Duft der Blumen, die unerwarteten Ausblicke, Sonne und Wind auf meiner Haut und das Lied, das ich ab und zu piff, geachtet. Quasi nebenbei lief ich einfach, einen Fuß vor den anderen setzend. Es war auf einmal leicht! Es ‚ging‘. Ich musste mich gar nicht mehr um das Gehen kümmern!

Ab da machte mir die Pilgerreise Freude.

Natürlich gab es auch mal den ein oder anderen sauren Tag – beispielsweise, wenn es regnete.

Doch ich hatte folgendes gelernt: *Wenn du dir ein Ziel klar gesteckt hast, dann gehe los und vergesse das Ziel! Lasse deine Sinne das genießen was sich dir bietet, während du einfach einen Schritt vor den anderen setzt. So wirst du dein Ziel erreichen.>>*

An diese Worte denke ich oft“, schloss der Freund. „Genauso wie mein Großvater gepilgert ist, pflücke ich die Früchte. Ich genieße das dunkle Grün der Blätter, das Blau-Lila der Trauben, spüre die Luft, summe vor mich hin, denke an dies und das, und ehe ich mich versehe bin ich ein ganzes Stück weiter.“

„Hm“, meinte der Mann mit nachdenklichem Gesichtsausdruck.

Da ertönte auch schon die Glocke und die Pause war vorbei. Sie packten ihre Sachen zusammen und machten sich, den Korb auf den Schultern, wieder an das Wein-Lesen.

Der Mann sah auf die endlosen noch zu erntenden Reihen von Reben und blickte dann schnell auf das Grün und Blau das direkt vor ihm lag. Er dachte an die Pilgerreise des Großvaters, schnitt dabei eine Traube nach der anderen ab und steckte sie in den Korb auf seinem Rücken. Als er einmal aufschaute, fing er den spitzbübischen Blick seines Freundes auf.

Die Arbeit fiel ihm nun tatsächlich leichter. Immer wenn sein Blick auf die endlosen Reihen fallen wollte und das Stöhnen nicht mehr weit war, richtete er den Blick auf die nächste vor ihm liegende Frucht und dachte an den Großvater. Das half!



Einen 18. Dezember, an dem Sie es sich gönnen können „einfach unterwegs zu sein“ – wenn Sie wollen.