

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



4. Dezember

Die Herzensfrau

von Susanne Spieß

Vor langer, langer Zeit vielleicht vor zwei Jahren, vielleicht erst gestern, ereignete sich folgendes:

Eine liebenswürdige, charmante, intelligente junge Frau verliebte sich in einen liebenswürdigen, charmanten, intelligenten jungen Mann und schenkte ihm ihr Herz. Sie war voller Vertrauen, dass er mit diesem kostbaren Geschenk immer liebevoll umgehen würde.

Nun da er ihr Herz besaß, fühlte sie sich geborgener und vollständiger als sie es bisher je gewesen war.

So war sie sehr glücklich.

Doch dann nahm der charmante, intelligente, liebenswürdige junge Mann immer häufiger für die Frau nicht nachvollziehbare, rücksichtslose und lieblose Verhaltensweisen an.

Schließlich riss er das ihm geschenkte, anvertraute Herz aus seiner Verankerung.

Da hatte die charmante, intelligente, liebenswürdige junge Frau, von der diese Geschichte handelt, kein Herz mehr.

Das tat sehr weh.

Wie sollte sie leben – ohne Herz?

Sie weinte und schrie und verzweifelte und beschimpfte sich selbst, weil sie vertraut hatte.

Nach einer langen, langen Weile beschloss sie ihr Leben auch ohne Herz weiterzuleben. Sie entschied sich zu vergessen jemals ein Herz gehabt zu haben, zu vergessen dieses jemals jemanden aus Liebe anvertraut zu haben.

Sie traf sich wieder mit ihren Freunden, ging weiter ihrer Arbeit nach und machte das Beste aus ihrem Leben.

Mit der Zeit, so hoffte sie, würde auch sie wieder glücklich sein – doch vertrauen, dass versprach sie sich selbst – wollte sie nie mehr irgendjemanden.

Die Stelle in ihrer Brust, in der einmal ihr Herz gesessen hatte, schmerzte oft sehr, doch sie hoffte die Narben würden eines Tages verheilen.

Was geschah einstweilen mit dem herausgerissenen Herzen?

Ein Adler fand es und nahm es auf, um es seinen hungrigen Kindern im Horst zu bringen. Aber da kam ein starker Sturm auf und erschwerte dem Adler das Fliegen. So musste er, um sich in der Luft halten zu können, das Herz fallen lassen. Es fiel in einen sanft dahinfließenden Fluss. Der Fluss wusch das Herz und schaukelte es auf leichten Wellen. Da trieb es auf dem klaren Wasser bis es einen kleinen See erreichte.

Die Sonne schien, die Grillen zirpten, Schmetterlinge spielten im Flug und zwei weiße Gänse schnatterten auf dem Gewässer bis eine von ihnen das Herz entdeckte. Sie nahm es behutsam auf, schwamm ans Ufer und watschelte das Herz vorsichtig im Schnabel tragend zur Herzensfrau, deren Hütte unweit des Ufers lag.

Die Herzensfrau lebte so lange schon auf unserer Erde und hatte so viel gesehen, gehört und erlebt, dass sie sehr, sehr weise war.

Man nannte sie die „Herzensfrau“, weil die verlorenen Herzen der Menschen auf wundersame Weise ihren Weg zu ihr fanden und von ihr fürsorglich, verständnisvoll und achtsam in ihrer Hütte versorgt wurden bis dem Menschen, dem das Herz gehörte in den Sinn kam dieses zu suchen.

Die Herzensfrau dankte der hilfsbereiten Gans dafür, dass sie ihr das im See gefundene Herz gebracht hatte.

Sie badete es sanft in einer Schale, die mit warmen Rosenwasser gefüllt war und ließ es dann in einem kostbaren Holzkästchen voller zarter Rosenblätter zur Ruhe kommen.

Dann und wann nahm sie das Herz heraus und badete es in heilsamen Rosenwasser bis alle seine Wunden gesundeten und das Herz zu seiner Leichtigkeit zurückfand.

Gleichzeitig schickte sie auch Träume in die Welt hinaus, die den Menschen, dem das Herz gehörte finden und ihm den Weg zur Herzensfrau zeigen sollten.

Die junge Frau erlebte in dieser Zeit intensive Träume. Doch wenn sie morgens erwachte, wusste sie nicht mehr wovon sie geträumt hatte.

Sie spürte tagsüber nun stets ein sehnsuchtsvolles Ziehen in ihrer Brust, so als ob etwas nach ihr rief.

Jeden Abend nahm sie sich vor sich an ihre nächtlichen Träume erinnern zu können. Und eines Nachts war es so weit:

Sie träumte und sah ihr Herz in einem wunderschönen Kästchen liegen, das angefüllt war mit den zartesten und schönsten Rosenblättern. Sie wusste sofort, dass dies ihr Herz war, denn sie spürte bei diesem Anblick sogleich das ihr inzwischen vertraute sehnsüchtige Ziehen in ihrer Brust.

Gleich darauf erwachte sie und erinnerte sich an diese verheißungsvollen Traumbilder.

Sollte das wahr sein? Sollte es tatsächlich möglich sein ihr Herz wiederzufinden? Ihr Verstand zweifelte, doch das Gefühl in ihrer Brust war so stark, dass sie es nicht übergehen konnte und wollte.

Mehrere Tage lang begleitete sie das Bild ihres Herzens in dem Rosenkästchen. Jedes Mal, wenn sie daran dachte, fühlte sie das Sehnen in ihrer Brust und Hoffnung trat in ihr Leben.

Einige Zeit später wachte sie mit der deutlichen Erinnerung an einen Traum auf, indem sie wie schon zuvor, das Herz in dem Rosenkästchen gesehen hatte. Doch dieses Mal sah sie außerdem eine Frau, die sie liebevoll am Eingang einer Hütte willkommen hieß und ihr den Weg zu ihrem Herzen zeigte.

Doch wie sollte sie den Weg finden? Im Traum hatte sie Seen und Wiesen und Wälder gesehen, doch wo sollten sich diese in der realen Welt befinden? Darüber grübelte sie mehrere Tage lang.

Dann als das Ziehen der Sehnsucht in ihrer Brust immer stärker wurde, fuhr sie kurzerhand zum nahegelegenen See. Dort angekommen, setzte sie sich auf eine Bank und blickte auf die glatte, glänzende Wasserfläche.

Der Anblick dieses ruhigen Spiegels ließ sie selbst auch ruhiger und ruhiger werden – bis sie schließlich einschlief.

So tief und fest schlief sie, dass sie im Traum zur Hütte der Frau fand. Sie trat ein und die Herzensfrau umarmte sie und führte sie zu dem Rosenkästchen, in dem liebevoll umsorgt und geheilt ihr Herz auf sie wartete.

Die Herzensfrau bedeutete der jungen Frau, sich auf ein Bett aus weichen, duftenden Moos zu legen, welches sie eigens für sie vorbereitet hatte. Jetzt nahm sie angenehm warmes, wohlriechendes Rosenwasser und badete damit die Stelle in der Brust der jungen Frau, an der ehemals deren Herz gesessen hatte.

Von Berührung zu Berührung immer mehr, heilte schließlich die Wunde auf geheimnisvolle Weise.

Nun nahm sie das Herz aus dem Kästchen und fügte es sanft und vorsichtig an seinen angestammten Platz:

Oh wie wundervoll durchströmten Liebe und Vertrauen jetzt die Frau! Wundervoll, vertraut und doch neu!

Die Herzensfrau neigte sich der jungen Frau zu und flüsterte, was sie immer den Menschen zuflüsterte, denen sie ihr Herz zurückgab:

„Nun gehört dein Herz wieder dir selbst. Ab heute spürst du auf selbstverständliche, leichte unbewusst-bewusste Weise wie sehr du dich selbst liebst und wie sehr du dir selbst vertraust. Indem du fürsorglich und achtsam mit dir selbst umgehst, werden alle deine Schritte zu deinem Besten sein. Die Liebe zu dir selbst kann dir niemand mehr nehmen. Du bist jetzt für immer geschützt. Nur Schönes und Gutes soll dich berühren. Liebevoll-gegenseitige Beziehungen sind dir jetzt möglich.“

Nach diesen Worten verschwand die Herzensfrau und mit ihr die Hütte. Die charmante, intelligente, lebenswürdige junge Frau erwachte. Sie erinnerte sich deutlich an diesen Traum.

War es denn ein Traum gewesen?

Sie spürte dieses wundervolle, altvertraute und doch auf bezaubernde Weise neue Gefühl in ihrer Brust, dort wo jetzt wieder ihr Herz saß. Sie fühlte sich lebendig, voller Liebe und Vertrauen. Sie war beglückt über das was sie erfahren hatte. Ganz deutlich hatte sie noch die Worte der Herzensfrau im Ohr:

„Nun gehört Dein Herz wieder Dir selbst. Die Liebe zu dir selbst kann Dir niemand mehr nehmen. Du bist jetzt für immer geschützt.“

Die junge Frau erhob sich von ihrer Bank und ging ihren Weg voll Liebe und Vertrauen in sich selbst.

Wohin sie ging?

Soll ich es verraten?

Sie ging in ein Leben voller Freunde und Freuden, mit interessanter, erfüllender Arbeit und einer vielseitig-glücklich-alltagsfähigen Beziehung mit einem wundervollen Mann.

Wo sie dem begegnete?

Nach der übernächsten Wegbiegung natürlich!

Auch wenn sie künftig ab und zu mal Hagelschauer oder Gewitter trafen, so wusste sie doch tief in ihrem Innersten, dass die Sonne bald wieder für sie scheinen würde.



Einen anregenden 4. Dezember für Sie!