

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



22. Dezember

Eins-Sein

von Susanne Spieß

Vor langer, langer Zeit lebte ein Kind, das war manchmal traurig, manchmal froh, manchmal ärgerlich, manchmal albern. Es ging ihm gut und es wuchs heran, wie Kinder eben heranwachsen und schließlich erwachsen werden. Vielleicht kennen Sie ja dieses Kind oder kannten es als Sie selbst eines waren?

Leider kam diesem Kind ab und zu ein irritierendes Gefühl in die Quere: beispielsweise dann, wenn es in seinem Leben besonders ruhig war, wenn es sich jemanden unterlegen fühlte oder wenn es in einer Situation zu scheitern drohte. Nach außen hin war es dann fröhlich und lachte, doch ein Teil seines Selbstes war düster und leer, einsam und traurig. Jedes Mal hoffte es, dass dieses irritierende Gefühl nie mehr kommen möge - doch nach einer Weile war es wieder da!

An einem Morgen aber – vorgestern, oder war es in zwei Jahren? - erwachte der Erwachsene, der früher ein Kind war bzw. das Kind, das inzwischen erwachsen war, reckte sich, streckte sich, gähnte, sprang aus seinem Bett, trat an das Fenster, sah hinaus und erblickte etwas anderes als an jedem bisherigen Tagesbeginn! Es nahm die Welt wahr *so wie sie ist!* Die Morgensonne schien direkt sein eigenes Selbst zu erhellen und die leere, düstere Stelle in seinem Inneren zu heilen. Es fühlte sich nun geliebt, sicher-geborgen in dieser Welt, eins mit dem Leben!

Vielleicht wollen Sie wissen, wie Sie dies auch erfahren können? Beispielsweise einfach dann, wenn Sie morgens aufstehen, sich recken, strecken, gähnen, aus dem Fenster sehen, und sich dann ... auf einmal ... auf geheimnisvolle Art verzaubert ... ganz da ... eins mit dem Leben fühlen ... Jetzt!



Einen 22. Dezember, an dem Sie ‚eins sein‘ genießen können – natürlich nur, wenn Sie mögen!