

*So ist das im Leben:
Wenn sich eine Tür schließt,
öffnet sich eine Andere.*

*Die Tragik liegt darin,
dass wir nach der geschlossenen Tür blicken,
nicht nach der offenen.*

André Gide

Zu jedem Leben gehören Herausforderungen. Meistens sind sie anstrengend und oft unangenehm. Daher würden wir sie gerne umgehen. Sie stehen wie unüberwindbare Berge vor uns. Sie zu umgehen bringt uns jedoch nicht weiter. Wenn wir um den Berg herumgehen,



bleiben wir immer nur auf der gleichen Ebene. Wir erreichen nicht die Höhen für die es sich lohnt zu kämpfen, für die es sich lohnt zu leben. Wenn wir die Höhe erreichen, sehen wir weit, wir können alles überblicken und somit auch unseren eigenen

Weg finden, der uns voran bringt, der uns nicht im Kreis laufen lässt – wir erhalten den Überblick, wenn wir uns darauf einlassen Berge zu erklimmen.

Wenn wir vor einer Herausforderung stehen, macht es keine Mühe zu sagen: „Ich kann.“ Ebenso wenig macht es Mühe zu sagen: „Ich kann nicht.“

So mancher freut sich auf den Aufstieg und ruft laut: „Ich kann!“, weil er die entsprechende Einstellung zur Sache hat. Er weiß, dass jede Herausforderung ihn wachsen lässt.

Ein anderer mag vielleicht vor dem Berg stehen und sagen: „Ich kann nicht.“, weil er sich nicht zutraut stark zu sein, weil er sich unterschätzt, weil er sich der Herausforderung nicht gewachsen fühlt.

Wenn wir dieses Bild betrachten, so erkennen wir, dass es niemals um die Herausforderung an sich geht, es geht nicht um die Sache selbst. Es geht letztendlich um die eigene Einstellung, die wir haben und wie wir etwas angehen.

Warum sollte es der eine schaffen und der andere nicht? Wir erhalten vom Leben nur diese Prüfungen, welche wir auch bewältigen können.

„Ich kann nicht.“ – Woher wollen wir wissen, ob wir nicht können, wenn wir es nicht versuchen?

*Alle Hindernisse und Schwierigkeiten sind Stufen,
auf denen wir in die Höhe steigen.*

Friedrich Wilhelm Nietzsche

Die Hindus verehren die Göttin Durga. Durga wird in den meisten Fällen mit acht Armen dargestellt. Diese Abbildung soll verdeutlichen, dass es für jedes Problem, für jede Herausforderung acht verschiedene Lösungsmöglichkeiten gibt. Ich finde diese Vorstellung sehr beruhigend. Bei acht verschiedenen Lösungsmöglichkeiten wird eine dabei sein, die mir gefällt, die ich angehen und bewältigen kann.



Als ich das erste Mal von Durga hörte, begann ich anfangs die kleineren Herausforderungen in meinem Leben zu betrachten und versuchte von der einen oder von den zwei Lösungsmöglichkeiten, die mir spontan einfielen, weitere Wege zu suchen um das Problem zu bewältigen. Und tatsächlich, wenn wir uns dies bewusst machen, wie viele Herangehensweisen es tatsächlich gibt, dann eröffnet sich uns ein unglaublich großer Blickwinkel. Wir können somit nicht nur eine Möglichkeit finden ein Problem zu lösen, sondern uns auch dabei trainieren unsere Sichtweise zu erweitern. Das macht Spaß und schenkt Zuversicht.

Ich erkannte, dass uns zur Weiterentwicklung nicht nur die Herausforderungen gegeben, sondern mit diesem Paket gleich noch acht Lösungen dazu geschenkt werden. Wir dürfen den Weg wählen, der uns am Besten gefällt.

Eine weitere angenehme Begleiterscheinung stellt sich ein, da wir anfangen weniger über die Herangehensweise anderer zu urteilen. Wir beginnen zu erkennen, dass jeder seinen eigenen

Weg sucht und stellen auch hier mit Freude fest, wie viel Kreativität uns in den größten Herausforderungen begegnen kann.

Vielleicht hat der eine oder andere derzeit eine große Herausforderung in seinem Leben und hat das Gefühl nicht die Kraft zu besitzen einen der acht Wege zu gehen. Dann wünsche ich mir, dass derjenige zurück blickt in seinem Leben und sieht wie viele Jahre oder Jahrzehnte er schon geschafft hat, was er alles bewältigt hat.

Dabei könnt ihr zurück gehen bis zu der Zeit als ihr noch ganz klein ward – als ihr das Laufen gelernt habt. Wie oft fallen Babys hin, wie oft schwanken sie und verlieren den Boden unter den Füßen. Aber sie geben nicht auf. Sie denken nicht daran: „Das kann ich nicht.“ Sie versuchen es einfach immer und immer wieder. Sie haben ein Ziel, welches sie nicht aus den Augen verlieren – bis sie stehen, gehen, rennen und hüpfen können.

Ein paar Jahre später: Wie schwer war es Fahrradfahren zu lernen? Wie oft stürzt ein Kind bis es endlich freihändig und fröhlich pfeifend durch die Straßen fährt?

Und so gab es endlose Herausforderungen in eurem Leben – alle habt ihr bewältigt bis ihr die wurdet, die ihr jetzt seid. erinnert euch an die Kraft, die euch als Kind voran getrieben hat und nehmt sie wieder in eurem Leben auf.

Wenn ihr wirklich wollt, dann könnt ihr.

*Dass etwas schwer ist,
muss ein Grund mehr sein,
es zu tun.*

Rainer-Maria Rilke

Ich wünsche euch für das Jahr, welches nun vor uns liegt, dass ihr allen Herausforderungen mit Zuversicht angeht – und nicht vergesst: es gibt für jedes Problem acht Wege es zu lösen. Versucht den Herausforderungen nicht auszuweichen – löst sie – sonst holen sie euch immer wieder ein.

HEIDI