

Newsletter 1. Quartal ©

Was du denkst, bist du. Was du bist, strahlst du aus.

Was du ausstrahlst, ziehst du an.

(Buddha)

Nun neigt sich das Jahr schon wieder dem Ende zu und wir können das alte Revue passieren lassen und uns fragen:

- Wie haben wir das vergangene Jahr genutzt?
- Haben wir etwas verpasst, das wir im neuen Jahr nachholen können?
- Haben wir etwas nicht zu Ende gebracht, das wir im neuen Jahr weiterführen möchten?
- Woraus haben wir was gelernt, in das wir noch weiter einsteigen möchten um es tiefgründiger zu erforschen, noch mehr darüber zu erfahren und um es dann sinnvoll zu nutzen?
- Was wollen wir endgültig hinter uns lassen, weil wir gesehen haben, dass es uns mehr behindert als voran bringt?
- Was hat uns Kraft gegeben und lohnt sich somit dran zu bleiben?

Wir können uns für das neue Jahr einiges vornehmen, jedoch wie es verläuft, was es für uns bereit hält, wissen wir nicht.



Doch was wäre, wenn...

Hierzu eine kleine Geschichte:

Es lebte einmal ein König, der hatte Zwillingssöhne. Obwohl diese ganz genau gleich aussahen, waren ihre Charakter so unterschiedlich wie Tag und Nacht. Der eine war ein überzeugter Pessimist und der andere ein unverbesserlicher Optimist.

Als sie älter wurden, befand der König, dass es für beide an der Zeit sei, sich mit der jeweils anderen Lebenseinstellung zu beschäftigen. Er hatte sich überlegt, sie mit Geschenken soweit zu bringen.

Für den Pessimisten begab er sich zu dem königlichen Goldschmied.

"Ich möchte, dass man mir die edelste Uhr anfertigt, die je gemacht wurde", sagte er. "Geld spielt keine Rolle. Juwelen, Gold, Platin, Diamanten - alles bitte nur vom Feinsten. Und sie muss zu Weihnachten fertig sein."

Für den Optimisten ging er zum königlichen Gärtner.

"Kümmere dich darum, dass am Morgen des Weihnachtstages mein optimistischer Sohn eine Fuhre Mist am Fuße seines Bettes vorfindet."

Der Weihnachtstag kam.

Voller Freude machte sich der Vater auf und ging zum Pessimisten. Dieser saß mürrisch an seinem Bett, die wundervolle Uhr mürrisch in seiner Hand haltend.

"Wie gefällt dir dein Geschenk," fragte der König. "Ganz gut," antwortete der Pessimist, allerdings finde ich sie ein bisschen kitschig, und so etwas wertvolles kann schnell gestohlen werden. Sie könnte auch zu Bruch gehen und eignet sich nicht zum Tragen. Sie könnte auch..."

Der König hatte genug gehört, verließ das Zimmer des pessimistischen Sohnes und ging zum Optimisten.

Wie nun der Vater hereinkam, konnte sich der Sohn vor Freude kaum halten. "Oh, danke Vater, vielen Dank, genau das habe ich mir gewünscht." Und er umarmte seinen Vater und drückte ihn an sein Herz.

Erstaunt fragte der Vater den Sohn: "Wofür bedankst du Dich?"

"Wofür? Aber Vater für das Pferd natürlich!" antwortete der Sohn.

(aus der Sammlung von Joel ben Izzy)

Ja, was wäre, wenn...

wir vom Leben immer das Beste erwarten? Könnten wir dann nicht grundsätzlich mehr Momente erfahren in denen wir glücklich sind und uns freuen können?

Keiner weiß, wie was ausgehen wird, wenn wir etwas beginnen – aber glauben wir einfach an das Schönste, denn unsere Gedanken bestimmen unsere Gefühle und unsere Gefühle lassen unsere Taten entstehen. Durch die Gefühle in uns werden wir aufstehen und den Weg gehen, der uns zumindest die Hoffnung schenkt, dass wir am Ende das Beste erhalten.

Also:

*Ärgere dich nicht, wenn dir ein Vogel auf den Kopf kackt,
sondern freu dich, dass Elefanten nicht fliegen können.*

Nehmt diese Heiterkeit mit in das Neue Jahr und seid glücklich!

HEIDI

