

Hallo,

liebe Freunde/Freundinnen und Interessierte der **IndividualPsychologie!**
Heute versenden wir den 10.

Impuls-Brief

Leben ist das, was stattfindet, während wir gerade mit etwas anderem beschäftigt sind.

Leben, Liebe, Zuneigung, die Tiefe einer Begegnung, sich zufrieden fühlen, Spaß und Freude zu haben - wie oft sehnen wir uns danach, uns zu spüren, einmal inne zu halten, den Tiefgang und die Ruhe des Momentes zu erfahren, statt unruhig auf der Oberfläche hin und her zu tanzen.

Jeder Tag und jeder Moment bietet uns hierzu die Gelegenheit, nur allzu oft sind wir mit vielen anderen Dingen beschäftigt und sind gar nicht so richtig in der Gegenwart, sondern eher in der Zukunft, beim nächsten Termin oder hadern mit Ereignissen aus der Vergangenheit.

So kann es dann schnell passieren, dass wir gar nicht das kleine Dankeschön, den freundlichen Blick oder die aufmunternden Worte unseres Gegenübers wahrnehmen, dass wir abends gar nicht sehen, was wir alles geleistet haben oder all das, wofür wir heute auch einfach nur dankbar sein können und dürfen.

Wenn du überlegst, fällt dir bestimmt eine gute Begebenheit mit einem anderen Menschen ein und bestimmt auch eine Situation, die du gut gemeistert hast, was du gut hinbekommen hast, und mit Sicherheit auch etwas, wofür du dankbar sein kannst.

Wenn wir dann anfangen darüber nachzudenken und etwas finden, dann stellt sich doch sehr schnell eine gewisse Zufriedenheit und Kraft ein. Eine kleine Kraft- und Lebensquelle, die wir einfach so in uns tragen und die wir jederzeit aktivieren können - ein tolles Gefühl - und die uns auch eine große Unabhängigkeit schafft. Eine Unabhängigkeit, die uns auch zu einer Klarheit kommen lässt. Klarheit und Kraft, die uns auch das erreichen lassen, was wir wirklich wollen.

Denn: Wer weiß, was er will, der sagt, was er will und der bekommt was er will.

Es geht ja selten um die ganz großen Dinge. Groß und hoch sind meist die Ansprüche von uns an uns selbst, aber auch an unsere Umwelt. Gerade in der heutigen Zeit gewinnt man oft den Eindruck, dass viele ein Maximum an Ansprüchen haben - dann selbst aber nur bereit sind ein Minimum zu geben.

Dabei sind es häufig die Momente, in denen wir geben, die uns erfüllen und uns lebendig fühlen lassen. Mir fällt dazu ein Spruch aus meinem Poesie-Album ein ...denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eigne Herz zurück...

In diesem Sinne wünsche ich dir den Mut, die offenen Augen und das Innehalten dem Leben dort zu begegnen, wo es stattfindet, bei dir in deinem Herzen und deiner Seele jeden Tag auf's Neue. Hierzu zum Abschluss noch ein Gedicht:

Die Mutige - die Zögerliche

Die Mutige hat immer einen Plan,
die Zögerliche immer eine Ausrede.

Die Mutige findet für jedes Problem eine Lösung,
die Zögerliche findet zu jeder Lösung ein Problem.

Die Mutige ist immer Teil einer Lösung,
die Zögerliche immer Teil eines Problems.

Die Mutige sagt: „Schwierig, aber möglich“,
die Zögerliche sagt: „Möglich, aber schwierig“.

Es zählt, was du tust, nicht, was du anderen empfiehlst.

(Quelle unbekannt)

Sei mutig!

Eure IP-Region Osthessen

MUT TUT GUT!

06.2011

Verantwortlich für diesen Impulsbrief:

Eva-Maria Dehler, e.dehler@dehler-design.de