

Sich ärgern ist immer ein Macht-Thema. Du ärgerst Dich, weil die Situation nicht so ist, wie DU sie haben willst. Auszug Silke Schäfer

Liebe Leserin & lieber Leser,

Dieser Satz hat mich persönlich erreicht. Aber was heisst eigentlich, etwas hat Dich persönlich erreicht? Wenn du etwas liest oder hörst was DICH betrifft, was gerade Dein Thema ist, dann gehst Du damit in Resonanz, es berührt DICH weil es gerade DICH meint.

Vorweg, ich möchte an dieser Stelle hervorheben, dass wenn ich in der Yogapost von „mir und ich“ spreche, ich lediglich mein Erlebtes und Erfahrenes dazu brauche, Dir liebe Leserin oder lieber Leser, vielleicht eine Inspiration weiterreichen zu können, vielleicht eine andere Sichtweise aufzuzeigen, Dich an etwas bestimmtes zu erinnern oder Dir im besten Fall einfach meine Menschlichkeit zu geben, damit auch Du Dein Leben mehr und mehr als Spiel - Entdeckungs- und Erfahrungswiese anerkennen kannst.

Einleitung vorbei. Jetzt geht's los.
Offiziell zurück zu mir☺

Da mich dieser Satz also berührt hat, ist es an mir zu schauen, warum überhaupt, wo steckt mein Thema dahinter!? Ich könnte nun lange Forschungsarbeit, teure Therapiestunden buchen, mich auf die Suche machen nach dem warum und weshalb. Das kann manchmal sehr sinnvoll sein. Die Wahrheit aber ist, dass ich die Antwort zusammen mit dem Lesen dieses Satzes mitgeliefert bekommen habe; akzeptiere es!

Alles was ich nun an „Extra-Theater“ in Angriff nehmen würde, würde nur das endgültige Annehmen dieser simplen Erkenntnis weiter hinauszögern. Warum sollte ich/wir etwas hinauszögern wollen? Na weil Erkenntnis häufig weh tut! Wen wundert es? Wenn es so richtig schmerzhaft wird, will auch ICH einfach mal nicht hinsehen müssen!!! Kennst du das?

Das wirklich schöne dabei ist aber, dass gleichzeitig mit diesem Gefühlschaos ein für mich neues Gefühl mitgeliefert wird gerade, etwas was sich anfühlt wie eine innere Sicherheit, etwas was ich so gestern noch nicht wahrnehmen konnte, es ist Neu! Dieses Gefühl, eigentlich schon fast eine Gewissheit, würde ich sie in einem „Geschmack“ beschreiben wollen, hmm lass mich überlegen, würde nach APFELMUSS (echt jetzt!?) schmecken! Aber hey, so richtig leckeres!!! ☺

Also diese Apfelmus-Gewissheit sagt mir, dass ich das was ich gerade unmittelbar vor mir habe, ich auch schaffen werde, weil alles was ich bis hierher getan, erfahren und gelernt habe mich auf diesen Tag auf eben diese Zeit vorbereitet hat!

Das Ding ist nur, wenn ich dann meine Fühler in die Zukunft ausfahre, passiert folgendes: Apfelmuss-Gefühl weg - Angst da! Und nicht nur Angst, sondern auch ÄRGER darüber, dass gerade ein wichtiger Teil meines Lebens mal gerade überhaupt nicht so läuft wie ich das gerne hätte!!!

Liebe Leserin, lieber Leser, Du merkst mein Inneres Kind ist an diesem inneren Dialog stark beteiligt und das ist gut so!! So weiss ich, dass egal was ich nun angehe, welchen Berg es gerade zu überwinden gilt, ich SANFT mit mir vorgehen soll und geduldig, eben weil ich immer zusammen mit meinem inneren Kind unterwegs bin.

Das unglaublich tolle gerade ist, dass der Frühling ist da! Es wird wieder BUNT!
Die treibende Kraft der Natur zeigt mir/uns jedes Jahr aufs NEUE. Auch wenn wir alles verloren haben, wenn jedes einzelne Blatt unseren Stamm verlassen hat. Wir/Ich fähig sind wieder zu erblühen, jedes Jahr wieder aufs Neue!!! Und das Beste daran, ich brauche dafür gar NICHTS weiter zu tun, ausser Geduldig zu sein. Warten und staunen, lachen, weinen, mich meinen Gefühlen hingeben, verschenken, annehmen, akzeptieren was ist. Es ist meine Natur, es ist deine Natur.

Wir gebären uns nur gerade mal wieder neu. Zack, Apfelmus-Geschmack ist wieder da!
Dankbar, für diesen einen Moment. Was Morgen ist sehen wir Morgen.

Deine Petra