



„Horizonte öffnen“ Hörerservice

- Horizonte öffnen -

Radiosendung für Lebensqualität und mehr auf oeins, UKW 106,5 MHz am 2.Montag des Monats

Tipp des Monats März 2010: „Der Ruf und der entschiedene Schritt“ von Volker Schmidt

(Schriftsteller, Mentaltrainer, Personal Coach, Oldenburg)

Lieber Hörer, liebe Hörerin, der Tipp, den ich diesen Monat geben möchte, ist ein vielleicht etwas ungewöhnlicher; denn ich möchte dich dazu auffordern überhaupt nichts zu verändern. Tu alles so, wie du es bislang getan hast. Betrachte die Dinge, die du erlebst, so wie du sie bislang betrachtetest hast und spiele doch mit einer kleinen Metapher, mit einem kleinen „als ob“.

Ich lade dich ein zu der Vorstellung, zu der Frage: „Was wäre, wenn dein Leben doch eine Geschichte wäre? Wenn es doch einen Drehbuchschreiber, einen Schriftsteller, einen Erzähler im Hintergrund gäbe, der darüber bestimmt, was und wie dir die Dinge im Leben passieren?“.

Jede Geschichte hat einen Helden oder eine Heldin; auch deine Geschichte hat einen Helden oder eine Heldin:

- Bist du das?
- Oder ist der Held/die Heldin in deiner Geschichte jemand völlig anderes?
- Ist der Held in deiner Geschichte dein Mann, deine Frau oder deine Kinder, deine Arbeitsstelle, dein Chef, dein Verein?
- Wer ist der Held oder die Heldin in deiner Geschichte, wer ist es bislang?
- Und wenn es doch deine Geschichte ist, was würde es bedeuten selber der Held oder die Heldin der Geschichte zu werden?
- Welche Rolle nimmst du in deiner eigenen Geschichte ein?
- Was für ein Held/eine Heldin könntest du sein?
- Was für einen Ruf gibt es, der dich begleitet? Der dich begleitet seid du 4, 6, 8 Jahre alt warst, der dich begleitet seit du 13 , 15 oder 17 Jahre alt warst?
- Wonach sehnt sich dein Herz?
- Was will dein Herz nicht haben sondern geben?
- Was will lebendig werden in dir?
- Was willst du in diese Welt bringen?

Jede Geschichte hat einen Anfang und ein Ende; auch jedes Leben hat einen Anfang und ein Ende. Wir können darüber philosophieren, was vorher war, was nachher kommt, aber dieses Leben, in diesem Körper, mit diesen Fähigkeiten hat einen Anfang und ein Ende. Und du hast genau dieses Leben Zeit, um das, was in deinem Herzen leben will, tatsächlich ins Leben zu bringen.

- Was würde sich verändern in der Welt, wenn du diesem Ruf folgen würdest?
- Was würde sich verändern in deinem Leben?
- Was müsstest du aufgeben?
- Wovor hast du Angst?

Ich lade dich auch ein, dir die Drachen in Deinem Leben ganz genau anzusehen:

- Was für Drachen sind das? Wovor hast du Angst?
- Welche Angst begleitet dich schon dein ganzes oder dein halbes Leben?
- Wie hast du bislang versucht mit dieser Angst umzugehen?
- Hast du sie bekämpft?
- Bist du ihr aus dem Weg gegangen?
- Hast du versucht dich von ihr abzulenken?

Das alles sind plausible Wege – doch keiner von diesen Wegen führt tatsächlich ins Wachstum. Stell dich deinen Ängsten; sie werden dich schon nicht fressen. Wenn Angst eine Tür wäre – ein wunderbares Bild von Depak Chopra, dem indischen Philosophen – dann gibt es nur einen Weg hindurch. Und es gibt ein strahlendes und weites Land auf der anderen Seite dieser Angst; ein weites und strahlendes Land, das nur für dich da ist. Und alles, was dich von diesem Land abhält, alles, was dich trennt, sind 15 bis 25cm Türschwelle - die Türschwelle deiner Angst. Und kein Drehen, kein Kämpfen und kein Weglaufen werden dich über diese Schwelle bringen, sondern nur ein einziger, entschiedener Schritt. Zu diesem Schritt möchte ich dich einladen und zur Neugier und der Fähigkeit, dich überraschen zu lassen von dem und was währenddessen mit dir, mit deinem Leben und dieser Welt geschehen wird.

Bücher von Volker Schmidt:

- Die Geschichte von Zuljas Glück, BoD Verlag Norderstedt, 2007, ISBN 978-3837009477
- Jannik Sommerhut und der Krill der Träume, BoD Verlag Norderstedt, 2007, ISBN 978-3833490460
- Die letzte Reise des Drachentöters, Shaker Media Aachen, 2009, ISBN 978-3868584943

Kontakt:

Moderatoren und Redaktion: horizonte@wissensimpulse.de
Volker Schmidt, 0441 – 233 8 224
Studiogast: Im Drielaker Moor 5, 26135 Oldenburg
e-mail: volker@neue-maerchen.de
internet: www.neue-maerchen.de