

## GEWOHNHEIT

Gerade habe ich meinen fast fertigen Newsletter durch ein Speicherproblem verloren. Tja, zurück zum Start also. Soll ich nun versuchen das Ganze Thema noch einmal von neuem aufzurollen, und dieselben Worte zu finden, die mir eigentlich schon recht gut gelungen schienen?

Es ist das, was die Gewohnheit tun würde. Sie sucht die Wiederholung – das immer Gleiche. Sie tut es auch dann, wenn die Situation schon längst eine völlig andere ist. So sind wir geprägt von den Erfahrungen und Gewohnheiten, die schon unsere Mütter und Väter kannten und welche diese wiederum von ihren Müttern und Vätern weitergeführt haben. Die Energie-Linie unserer unbewussten Selbstverständlichkeiten und Gewohnheiten – die uns nicht selten einen Strich durch die Rechnung machen, wenn es darum geht, entspannt und erfüllt durch's Leben zu gehen, unser volles Potential zu entfalten und zur Wirkung zu bringen – ist lang!

**«Wo die Macht der Gewohnheit das Sagen hat, kommt das Aussergewöhnliche nicht mehr zu Wort.»**

Ernst Ferstl, österreichischer Lehrer, Dichter und Aphoristiker

Vielleicht wissen wir längst, dass wir uns selbst nicht verurteilen sollten. Tatsächlich aber schlägt die Gewohnheit dann doch knallhart zu und der innere Richter beginnt sein täglich Werk. Vielleicht rutschen wir in unserem Leben wieder und wieder in dieselben ungünstigen Arbeits-Umstände oder Beziehungs-Situationen hinein. Oder es verschlägt uns in der immer gleichen Situation die Sprache.

Diese alten Zyklen zu wandeln, wach und empfänglich zu werden für das, was der jetzige Moment gibt und braucht, ist keine leichte Aufgabe, aber eine wunderbare! Innerlich freie, lebendige und glückliche Menschen, die nicht auf das Gewohnte, sondern auf das Lebendige bauen, haben keine Lust mehr Krieg anzuzetteln. Sie sind in der Lage durch ihre Worte oder wortlos Verbindung zu leben und zu schaffen.

...

Mit herzlichem Gruss  
Marianne