

## Vom Allgemeinen zum ganz Eigenen

Guten Abend miteinander,

Immer stärker fällt mir auf, wie sehr wir Menschen in unserem Denken auf's Kollektive, Allgemeine ausgerichtet sind. Wie schnell geben wir einander Ratschläge und haben für ein Problem sofort das "passendende" Rezept auf Lager. Und dies nicht selten ohne in der Tiefe zu erkennen, was der Andere an Eigenheiten, Erfahrungen oder Aufgaben mit sich bringt. So heisst es dann vielleicht: *"Du solltest immer wieder kleine Pausen einlegen über den Tag verteilt. Seit ich das mache, kann ich viel effizienter arbeiten."* Verkürzt heisst das: **"Du solltest...", weil es mir geholfen hat."** Da fällt mir doch eben der Spruch ein, der uns in der Familie immer wieder zum Schmunzeln gebracht hat: **"Mädel zieh die Kappe an, die Mutter friert."**

Es gibt viele Wege, wie kollektive Wahrheiten an den Mann beziehungsweise die Frau gebracht werden können. Zum Beispiel so: *"Es gibt da eine neue Studie. **Man hat herausgefunden, dass, wer immer wieder Pausen macht, über den Tag hinweg letztlich effizienter arbeitet.**"* Auch dieser Satz ist kaum in der Lage eine alte, und zugegeben vielleicht ungesunde oder ineffiziente, Gewohnheit zu wandeln.

Sogar wenn wahr ist, was wir sagen, hat es nur wenig Wirkung, wenn es allgemein und pauschal bleibt. Das Allgemeingültige -sofern es undifferenziert, ohne Einbezug der Einzigartigkeit eines jeden Menschen und ohne Einbettung in die konkrete Lebens-Situationen des Betroffenen bleibt - wird dem Lebendigen selten gerecht. Wir Menschen sind lebendige "Einzelstücke" - einzigartige Wesen. Die Natur bringt in jedem von uns etwas Ur-Eigenes zum Ausdruck. Die Einen sind dafür "gemacht" ohne Pause durchzustarten, die Andern sind prädestiniert, sich ganz dem Moment hinzugeben, zu verweilen und so Wirkung zu entfalten. Zu vermitteln, es gäbe die eine gute und richtige Art zu sein, macht viel Druck:

- Produktivität ist nicht generell wichtiger als Musse.
- Fokussiert zu sein ist nicht immer wünschenswerter, als offen und rezeptiv zu sein.
- Viel Zeit zu brauchen, um eine Entscheidung zu treffen ist nicht schlechter als unmittelbare Entschlossenheit

Ich bin überzeugt, die Welt braucht von Dir genau Deinen eigenen und von mir genau meinen eigenen Beitrag. Dann nämlich weben sich die vielen Eigenheiten zu etwas Grösserem und werden Ausdruck des geheimnisvollen Ganzen.

### **Einfach sein**

*Nicht verbiegen, nicht verstellen,  
einfach in den eigenen Wellen,  
durch das Leben sanft zu gleiten,  
mutig durch die Zeiten schreiten.*

...

*von Unbekannt*

Wenn wir unseren Kindern ihre Eigenheit - den geheimnisvollen Plan, den das Leben für sie mitbringt - rauben, werden sie nicht glücklich werden. Die einen Kinder wissen sofort, was zu ihnen passt und was nicht. Andere eifern dem nach, was man ihnen sagt, sei wichtig. Oft brauchen sie dann viel Zeit, um das wirklich Eigene doch noch zu finden - den Ort *wo* sie und die Art *wie* sie in dieser Welt wirken wollen.

Und nicht nur sie... auch wir Erwachsene fühlen uns vielleicht schon länger nicht mehr ganz wohl in dem, was wir leben. Wenn dies geschieht, lohnt es sich dem wirklich Eigenen nachzuspüren. Der Arzt Lorence LeShan der in den 90er Jahren das Buch "Diagnose Krebs. Wendepunkt und Neubeginn" geschrieben hat, konnte grosse Heilungserfolge erzielen, indem er unheilbar kranke Patienten gefragt hat: "*Wann haben Sie zum letzten Mal das gemacht, was Sie wirklich wollen?*" Nachdem die kranken Menschen entdeckt hatten, was in ihrem Leben auf der Strecke geblieben war, hat er sie ermuntert, dies nachzuholen. Mit berührenden Ergebnissen

...

Nun wünsche ich Euch allen einen freudvollen Februar.  
Mit herzlichem Gruss

Marianne