

Ein Wegweiser

Eigentlich hat das bei mir schon immer recht gut funktioniert – eher unbewusst - aber durch die vielen Bücher bin ich noch aufmerksamer geworden. Ich habe es mir angewöhnt, bei den einfachsten Dingen auf mein inneres Gefühl zu achten, beispielsweise beim Spaziergang, wo ich die Runden nicht jedes Mal gleich ablaufe, sondern so wie mein inneres Navi mich gerade leitet. Alltägliche Abläufe, u.a. bewusst Essen und Trinken, sind ideal zum Üben. Und mit der Zeit geht das mehr oder weniger in Fleisch und Blut über, so dass man auch bei wichtigen Entscheidungen sofort erkennt, wo es einen von Herzen hinzieht – fragt sich nur noch, ob man dann mutig genug ist, den Verstand auszuschalten, um diesen Weg wirklich zu gehen, was leider nicht immer so leicht ist. Aber da braucht es einfach Geduld - ein Wort, das es in meinem Wortschatz bis vor kurzem nicht unbedingt gegeben hat, und jetzt ... naja sagen wir so, es wird besser. Mit Ruhe und Geduld kann man jedoch zweifellos erkennen, wohin der nächste Schritt gehen soll oder es löst sich so Manches auf, was erst noch scheinbar aussichtslos war. Eile lässt uns eher „Fehler“ machen oder manchmal auch zu schnell vorpreschen in Richtung Ziel, so dass wir dann vielleicht eine ungemütliche Wartezeit verbringen müssen. Geduld lässt uns sicherere, richtige Schritte auf einem oft ganz neuen Weg machen. Und das wahre Ziel ist ja doch immer das gleiche, egal wie schnell wir unseren Weg gehen, wir kommen immer dort an, wohin wir irgendwie geführt werden.

Ob mit dichtem Nebel über den kurzen oder mit leichtem Dunst und letztendlich ohne Zweifel über den langen Weg das sonnige Ziel erreichen spielt keine Rolle, denn das Ziel ist immer das gleiche. Und: man hatte ein paar lehrreiche Stunden extra.

Eine Entscheidung für einen neuen Weg treffen heißt, den Wanderrucksack für eine Bergtour packen. Aber wenn man wirklich bereit ist, ist auch der steilste Berg zu schaffen.

Impulse

Natürlich gibt es auch Situationen, in denen man spontan entscheiden muss. Aber je lockerer wir lassen, umso eher sind wir auf unserer Welle, die uns ganz automatisch mitnimmt. Das ist der Lebensfluss, in dem auch die Impulse in unserem Inneren sprießen wie Schwammerl auf dem Waldboden. Wenn man nach diesen handelt, tut man eigentlich immer das Richtige, da kann man sich auf seine Intuition voll und ganz verlassen. Ich erlebe das immer wieder so. Aber wie oben bereits erwähnt, gibt es genügend Tage, an denen auch ich kaum oder überhaupt nicht auf meine Welle finde bzw. ganz leicht durch so manche Situation das Gleichgewicht verliere. Dabei wäre es doch so einfach, sich treiben zu lassen wie auf einer Luftmatratze im Meer und sonst ja eigentlich nichts weiter tun zu müssen. Und zudem nehmen wir so nämlich auch sämtliche Hinweise wahr, die uns ständig gegeben werden, wenn wir achtsam sind. Mich hauen diese sogenannten *Synchronizitäten* jedes Mal fast um, wenn ich

- Antworten auf meine aktuellen Fragen auf Plakaten, auf Müll am Straßenrand (ist wirklich so) finde,
- so manchen wie die Faust aufs Auge passenden Text neuer Songs im Radio höre,
- bei der Suche nach irgendwas im Internet plötzlich Namen, Sätze, Bilder auf dem Bildschirm sehe, die niemals rein zufällig dort auftauchen können, weil sie wie zugeschnitten auf meine momentane Situation sind,

um nur ein paar wenige Beispiele zu nennen. Seit einiger Zeit schreibe ich diese „Auffälligkeiten“ auf, um nichts zu vergessen.

Intuition entspannt, denn: Ich weiß ja.

Synchronizitäten sind die Straßenlaternen auf deinem Weg.