

Sprechstunde Mensch

Der rote Faden

Gibt es ein Erlebnis aus Ihrer Kindheit, an das Sie sich noch erinnern? Das kommt nicht von ungefähr! Womöglich zieht es sich noch heute wie ein roter Faden durch Ihr ganzes, bisheriges Leben. «Wie das denn?», muss es grad jetzt durch Ihre Stirnoberfläche zucken. Nun, gibt es Dinge in Ihrem Leben, die Sie immer wieder tun, obschon Sie es gar nicht wollen? Denken Sie sich manchmal kleiner, als Sie in Wirklichkeit sind? Stolpern Sie über Steine, die für andere nicht einmal da zu sein scheinen? Oder hetzen Sie durch Ihren Alltag, obschon Ihr Pulsschlag viel zu hoch ist und Sie dringend Ruhe brauchen?

Falls ja: Herzliche Gratulation! Sie haben in diesem Moment Ihr inneres Navigationssystem entdeckt. Es gibt Ihrem Leben Plan und Richtung vor. Und Sie folgen ihm. Ihrem eigenen, roten Faden. Er ist in der Regel unbewusst und entfaltet seine Wirkung in allen alltäglichen Handlungen. Alle Bewegungen, Haltungen und Ausdrucksweisen von uns Menschen, auch das Gehen, vollziehen sich ohne Nachdenken. Deswegen sagt man, dass es unbewusst geschieht.

Nützliche Verhaltensweisen tun uns selber und den anderen gut. Komplizierter wird es erst, wenn eigene Verhaltensweisen stören. Mich selber. Oder andere. Nun, was tun? Falls Sie denken: «So bin ich halt!», dürfen Sie getrost weglesen. Vielleicht folgen Sie einfach nur Ihrem roten Faden. Spannend wird es für alle, die mit ihren Augen noch an diesen Zeilen hängen. Sie geben nicht auf. Ebenfalls roter Faden, womöglich. Welches Gefühl haben Sie, wenn Sie an Ihre Kindheitserinnerung denken? Es dürfen übrigens auch mehrere sein. Er liegt in allem verborgen: der rote Faden. Schliessen Sie für einen Augenblick Ihre Augen und tauchen Sie ein. Wo und wann erkennen Sie genau dieses Gefühl in Ihrem Alltag wieder? Und was tun Sie dann?

Sie sind dran. Ihr einzigartiger, roter Faden wartet auf Sie. Notieren Sie, beobachten Sie Ihre Selbstgespräche. Blättern Sie in zerknitterten Schulalben und schauen Sie sich Kinderfotos an, falls Sie keine Erinnerung aus Ihrer Kindheit haben. Wir lesen uns wieder. In einem Monat.

... härzhaft!



Susanne
Müller-Klauser

info@ip-heilpraxis.ch
www.ip-heilpraxis.ch