

Newsletter

Im April 2012

Sehr geehrte Damen und Herren,

Handlungen, die wir ständig wiederholen, werden zur Routine. So ist es auch mit den Entscheidungen, die wir treffen. Hierbei geht es nicht um die großen Entscheidungen, sondern um die ständig wiederkehrenden und eher belanglosen. Wohin wir im Kühlschrank das Sprudelwasser stellen. Ob wir einen Mantel anziehen und wenn ja, welchen. Ob wir einen Schirm mitnehmen, usw. Wir sind erfahrungsgesteuert. Und das ist gut so. Denn wäre es nicht so, würden wir z. B. noch immer so Auto fahren wie in der ersten Fahrstunde. Es ist also eine gute Einrichtung der Natur, daß wir vielfach sozusagen einen Autopiloten haben, der vieles selbständig erledigt.

Zum Problem wird es, wenn wir wichtigere Entscheidungen gleichermaßen automatisch treffen. Im Job haben wir vielleicht einmal erfahren, daß eine Sache nicht lief. Also gehen wir davon aus, daß wir so etwas nicht mehr zu versuchen brauchen; und wir übersehen, daß es damals deshalb nicht ging, weil die Bedingungen, das Drumherum, ganz anders war. Wir wissen, daß der eine Nachbar immer schlecht gelaunt ist und nicht grüßt. Also schauen wir erst gar nicht hin, wenn wir ihn auf der Straße sehen. Es könnte aber auch sein, daß der Nachbar seinerzeit ständig starke Schmerzen hatte und so damit beschäftigt war, daß er sonst niemanden mehr richtig wahrgenommen hatte, daß er aber jetzt inzwischen geheilt ist und sich freuen würde, wenn man ihn grüßte. Ebenso lehnt man vielleicht eine Sportart ab, weil man einmal die Erfahrung machen mußte, daß man dafür ungeeignet war, und das, obwohl man damals sich doch so sehr gewünscht hatte, genau diesen Sport zu machen. Und vielleicht erfährt man nie, daß inzwischen der Sportlehrer von damals längst gefeuert wurde, weil er total falsche Anweisungen gegeben und damit auch andere fähige Sportler vergrault hatte. – Diese Liste ist leicht fortzusetzen. Sie sehen, daß dieser Automatismus auch viele gute Chancen oder schöne Erfahrungen verhindern kann.

Niemand weiß, wenn er entscheidet, ob diese Entscheidung richtig ist. Das weiß man erst, wenn sozusagen das Leben die Quittung präsentiert; und die kann schön oder schlecht sein. Ein guter Kompaß in solchen Situationen ist das Gefühl. So lange man sich wohl fühlt, ist der eigene Weg im allgemeinen gut. Wenn man aber an irgendeiner Stelle mit seinem Leben oder seinen Lebensumständen hadert, sollte man sich ansehen, nach welchen „Glaubenssätzen“ (ist nicht religiös gemeint!) man lebt und ob sie überhaupt – noch – stimmen. Denn den größten Erfolg können wir dort haben, wo unser Herz ist. Hierhin zu spüren, kann lohnen; denn „spüren“ heißt ja auch, auf der Spur sein, nämlich auf der Spur zu sich selber.

Mit freundlichen Grüßen
Irene Maria Klöppel

Leben ist Entwicklung

Psychologische Beratung und
Lebensberatung

kontakt@das-rettungsseil.de
www.das-rettungsseil.de