



Erna Hüls

Coaching - persönlich, effektiv, vertraulich

Warte nicht, lebe!

Bitte fragen Sie sich, während Sie diese Zeilen lesen, ob Sie gerade auf irgendetwas warten Wenn ja, dann willkommen im Wartezimmer – Sie sind nicht dran!



Ich könnte auch fragen: „Wartest du noch oder lebst du schon?“ Damit wird deutlich, dass wir Menschen immer glauben, erst etwas erreichen oder Hindernisse überwinden zu müssen, um es dann „später“ besser zu haben. Als Teenager glauben wir, dass das Leben besser wird, sobald wir die Schule geschafft haben. Dann sehnen wir das Ende der Ausbildung und den ersten Job herbei, denn dann endlich wird das Leben anfangen. Wir warten auf die Glücksbringer Heirat, Haus und Kinder. Dann frustriert es uns, dass die Kinder noch so klein sind. Wir glauben, wenn sie älter werden, ist alles gut. Dann frustriert es uns, dass sie älter werden und wir uns mit ihnen auseinandersetzen müssen. Wir glauben, wenn sie erwachsen sind, wird bestimmt alles leichter...

Wir reden uns ein, dass das Leben besser wird, sobald der Partner sich ändert, das Haus abbezahlt ist, die Mitarbeiter sich mehr anstrengen, wenn wir in Urlaub fahren, wenn wir in Rente gehen, usw. usf.

Viele Menschen warten ihr ganzes Leben darauf, endlich mit dem Leben anfangen zu können. Ich hörte eine 70jährige Frau sagen: „Ich kann doch jetzt nicht sterben. Ich habe ja noch gar nicht richtig angefangen, zu leben!“

In einem meiner Seminare sagte eine Frau, die in ihrem Beruf sehr unglücklich war und von einer Selbstständigkeit in der Modebranche träumte: „Ich warte mit dem Berufswechsel, bis meine Kinder volljährig sind.“ Auf die Frage, wie alt ihre Kinder seien, antwortete sie: „vier und sechs.“ ...

Wie wird sich ihre Unzufriedenheit wohl auf ihren Stresspegel, Ihr Selbstbewusstsein, ihr Freiheitsgefühl, ihre Partnerschaft und letztlich auch auf ihre Kinder auswirken?

Die Wahrheit ist: egal, wie alt wir sind, das Leben findet immer nur JETZT statt, in diesem Augenblick. Wenn wir warten wollen, bis erst dies oder jenes geschehen ist oder bis wir alle Probleme aus dem Weg geräumt haben, werden wir nie bewusst leben, denn die Probleme gehören zum Leben. Wir wachsen und reifen an ihnen, erkennen Wahrheit und Unwahrheit, werden bewusster und weiser. Wir können unser Leben nicht verlängern, nur vertiefen.

Kinder haben diese Fähigkeit noch, im HIER und JETZT zu sein. Beobachten Sie einmal, wie aufmerksam und gegenwärtig ein Kind bei allem ist, was es gerade tut. Deshalb kommt uns das Leben als Kind auch viel langsamer vor.

Ein Rabbi wurde von seinen Schülern gefragt, wie er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so gelassen sein könne. Er antwortete: „Wenn ich sitze, dann sitze ich; wenn ich stehe, dann stehe ich und wenn ich gehe, dann gehe ich.“ Da sagten seine Schüler: „Das tun wir doch auch!“ Der Rabbi antwortete: „Nein, denn wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon; wenn ihr steht, dann lauft ihr schon und wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel.“

Morgen

Vergeuden Sie keine Gedanken mit Ihrer Vergangenheit und verschieben Sie Ihr Leben nicht auf die Zukunft. „Morgen“ ist der einzige Tag in Deutschland, den es nicht gibt! In einer Kölner Kneipe sah ich ein Schild hinter den Tresen, auf dem stand: „Morgen gibt's Freibier.“

Warten Sie nicht, bis Sie 5 Kilo abgenommen haben, bis Sie verheiratet oder geschieden sind, bis zum Feierabend, zum Urlaub oder auf den Sommer. Das Leben findet JETZT statt und es wäre doch schade, wenn Sie nicht dabei sind. Gegenwart bedeutet schließlich: gegen das warten!

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe: Mit den eigenen Karten spielen

Die Autorin

Erna Hüls ist Erfolgstrainerin und Coach. Die Diplom-Sozialpädagogin hilft Menschen, im Beruf und in der Partnerschaft erfolgreich zu sein. Zu diesen Themen bietet sie auch Seminare und Vorträge an.

Weitere Infos und Anfragen unter:
Erna Hüls Erfolgstraining
Große Allee 76 • 46397 Bocholt
Tel. 02871-2373653
info@ernahuels.de • www.ernahuels.de