Das Geheimnis ...

Anstatt einen Menschen **wirklich**
und **richtig** kennenzulernen,
verlieben sich viele lieber in die *Oberflächlichkeit*.

Die Oberflächlichkeit eines Menschen zu lieben ist
leicht, ihm die Maske abzunehmen oder seine Mauern
einzureißen hingegen ***schwer***.

Und am Ende wundern sie sich, *warum* auf einmal ein
ganz **anderer** Mensch vor ihnen steht als der,
den sie kennengelernt haben.

Man sollte daher nicht nur hören,
was sein Gegenüber sagt,
sondern auch das ***verstehen*** und **fühlen**,
was es nicht gesagt hat.

Der Mensch ist viel mehr als das,
was manch einer sieht, mehr als das,
was manch ein Gehirn versteht,
eine Nase riecht, ein Verstand erkennt …
und mehr als das, was manch ein Herz fühlt.

Das Geheimnis:

Höre, was andere nicht hören,
sehe, was andere nicht sehen,
gebe, was andere nicht geben,
und ***fühle***, was andere nicht fühlen.

Spiegel ...

Plötzlich kommt da dieser *Moment*,
in dem du dich fragst, wer *du* eigentlich bist.

Oder auch der Moment, in dem du dich fragst,
warum du *so* geworden bist.

Du schaust in den **Spiegel**
und versuchst, etwas aus deinen Augen zu lesen.
Doch diese Leere, in die du blickst, gibt dir keine Antworten.

Jeder andere sagt dir, dass du dich verändert hast,
aber keiner fragt dich, ***warum***?!

Was diese Menschen sehen? Sie sehen die **Mauer**, die du aufgebaut hast und die **Maske**, die du trägst, aber wer du wirklich bist, ja, das sehen und fühlen nur die wenigsten.

Schau noch einmal in den ***Spiegel***.

Schäme dich nicht und habe keine Angst vor den Gefühlen,
die sich in deinen Augen widerspiegeln.
Hebe deinen *Kopf* und greife nach deinem *Mut*,
nach deinen *Gefühlen*,
nach deinem *Leben,*
und vor allem nach *dir* selbst.

Gefühle zu zeigen ist *keine* Schwäche,
nein, es ist ein Beweis von *Stärke*.

Sei stark!!!

Es wird immer einen geben ...

Die Reise unseres Lebens führt uns oft auf steinige Wege, auf unbekannte Wege und auch in Sackgassen.

Diese Wege zu meistern, ohne jemanden an der Hand zu haben, ist nicht immer ganz einfach, und oft kommt man an den Punkt, an dem man stehen bleibt oder auch stolpert. Man will aufstehen und weiterlaufen, aber es fehlt einem zu jener Zeit die Kraft, dieses allein zu bewältigen.

Manchmal hat man das Glück, tolle Menschen um sich zu haben, die einem helfen, dort weiter zu machen, wo man einst stehen geblieben ist. Aber dieses Glück hat nicht jeder, und man hat es auch nicht zu jeder Zeit.

Es gibt Momente in unserem Leben,
da müssen wir selbst eine Kraft bilden,
um nicht für immer stehen zu bleiben
und kaputt zu gehen.

Sicherlich kennt jeder eine Situation aus seinem Leben, womit er heute sogar vielleicht noch ein wenig zu kämpfen hat, aber auch jeder sollte wissen, wie viel Kraft er damals hatte, sich von diesem zu lösen oder das zu besiegen, was einen eine ganze Zeit lang hat innerlich sterben lassen.

Es gibt so viele Beispiele, so viele Erlebnisse eines Menschen, die man damit verbinden kann, und doch sollte man nach vorne schauen, um nicht immer von der Vergangenheit eingeholt zu werden. Schließlich wollen wir weiter kommen und das Leben in vollen Zügen auskosten und genießen. Wir wollen glücklich sein und nicht dort weilen, wo wir einst zerbrochen sind.

Wir sollten auch nicht andere Menschen darunter leiden lassen, was wir einst wegen anderen durchgemacht haben, sondern sie so lieben, schätzen und beschützen, wie sie sind.

Jeder Mensch hat Fehler, jeder seine eigene Art
und seine eigenen Ansichten über so viele Dinge.

Und einen Menschen zu mögen oder zu lieben,
heißt, diesen zu akzeptieren und zu respektieren.

Man sollte sich die Vergangenheit
eines Menschen nicht zunutze machen,
indem man ihn kaputt macht,
sondern genau darauf bauen
und an seine Zukunft glauben.

Es wird nicht immer jemand da sein, um dir zu helfen,
aber vergiss nie, was du bis heute geschafft hast,
und vor allem vergiss deinen Wert nicht.

Es wird immer Menschen geben, die etwas an dir stört,
aber es wird auch immer einen geben,
für den du unbezahlbar bist.

Wenn du also heute in einer Grube bist oder morgen in eine fällst, gib dich nicht auf, denn im Leben heißt es: **aufstehen**, **weitergehen** *und* **glücklich** *werden.*

Ich wünsche jedem Einzelnen all diese Kraft.

Es muss weitergehen ...

Zu einem bestimmten Zeitpunkt in meinem Leben
hat sich *vieles geändert.* Aber auch ich habe **vieles verändert,**
um mich ***selbst zu schützen.***

Mit dem bestimmten Zeitpunkt meine ich, dass ich eine gewisse **Erfahrung**, **Entdeckung** oder ein **Erlebnis** hatte, das diese *Veränderung* hervorgerufen hatte.

Vieles passierte auch unbewusst, aber all das gehört nun *zu mir*. Ich habe angefangen, Dinge **zu akzeptieren**, die ich nicht ändern konnte, auch wenn es mir oft *sehr schwer* fiel. Habe angefangen, mein **eigenes Glück** zu suchen, aber das meiner Mitmenschen *niemals* außer Acht zu lassen.

Und an jedem *neuen Tag* fange ich an, mich selbst und so vieles mehr immer wieder **neu zu entdecken** und zu erforschen, denn es gibt *so viele schöne Dinge*, die ich noch nicht kenne, aber bereit bin **kennenzulernen**.

Das alles zeigt mir immer wieder ein Stück von mir *selbst*, und so komme ich mir selbst **immer näher.**

All das gelingt mir nicht immer,
denn manchmal blockiert mich etwas.
Seien es Sturheit, Unwissenheit,
Angst oder auch Gefühle,
die ich nicht zuordnen kann.

Für einen gewissen Moment setzen sie mich **außer Gefecht**, und ich beginne einen Kampf mit *mir selbst.*

Und es ist sicherlich **nicht immer leicht**, diesen Kampf zu beenden und zu gewissen *Schlussfolgerungen zu kommen*, aber es ist bitter **notwendig**, um mich selbst nicht zu vergessen *und weiterzukommen.*

Das heißt, ich bin **bereit** für Neues, halte *meine Hoffnung* für vieles in mir, **stärke meinen Mut** und versuche, die Angst vor gewissen Dingen *zu besiegen*.

Das Leben ist nicht immer einfach und schön;
ich denke, das hat jeder von uns erfahren müssen.
Der eine mehr und der andere weniger,
aber das ist doch nicht das, was zählt.

Wichtig ist, dass wir *immer wieder aufstehen* und die Hoffnung in und für uns selbst **nie verlieren**. Nach vielen schlechten Erfahrungen ist das schwer, aber wir alle haben doch schon viele Dinge **gemeistert**, von denen wir dachten, dass sie uns umbringen würden. Geblieben sind Narben, die noch häufigen Schmerzen sowie Tränen, die noch oft geweint werden – aber auch der **Mut** und die **Stärke**, dem Leben mit all seiner **Kraft** entgegen zu treten.

Ich lebe, atme, denke, träume und fühle.

Und auch wenn nicht jeden Tag ein Lächeln mein Gesicht ziert, weiß ich, es ist richtig und am wichtigsten,
mich selbst nie aufzugeben!

Es muss weitergehen ...

Der Stein ...

Immer wieder stolpere ich über einen dicken **Stein**,
der sich nennt: *das Leben*.

Es gibt viele Gründe dafür und irgendwie bin ich auch ***dankbar***, dass ich mich an diesem Stein so oft *verletze*.

Für einen Moment tut es weh, manchmal auch ein wenig länger, aber er zeigt mir auch, dass ich vorsichtig sein soll, dass etwas Unerwartetes passiert ist oder vielleicht auch etwas, womit ich erst einmal zu kämpfen habe.

Erneut wird es Zeit für mich
meine Augen zu öffnen,
meine Sinne zu schärfen und
meine Gedanken zu sortieren.

Nein, es ist nicht das erste Mal, dass ich mich stoße und vielleicht auch nicht das letzte Mal, aber aus demselben Grund, will ich mich nicht wieder verletzen.

Das heißt, dass ich aus meinen Fehlern lernen
und manche Dinge anders angehen muss.

Vielleicht heißt es auch, eine kleine Veränderung in meinem Leben vornehmen zu müssen, was nicht immer schön, aber manchmal bitter notwendig ist. Dass ich mich vielleicht von **einigen Menschen trennen** oder *manche Ziele intensiver verfolgen sollte.*

Oder so vieles mehr.

Im *Wesentlichen* sagt es mir aber, dass ich **aufstehen** und **aufwachen** soll. Dass es gewisse Momente gibt, die mich aufhalten, ***aber das Leben weitergeht*** und sicherlich weitergehen muss.

Ich werde diesem Stein sicherlich noch oft begegnen, aber zumindest werde ich ihn in gewisser Hinsicht und Erlebnissen meines Lebens **frühzeitig** erkennen und ihm *aus dem Weg gehen*.

Es wird mir nicht immer gelingen, aber ich bin bereit, ihn jedes Mal mit noch mehr **Mut und Kraft** zu stoßen, um ihn vielleicht eines Tages *ganz zu zerbrechen.*

Um meinen Weg zu finden,
und vor allem, um mich selbst zu finden ...