

Liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen zum neuen „DAenkzettel“. Er denkt nach über das, dem wir oft jahrelang nachjagen und ist dankbar dafür, dass es so alltäglich sein kann. Viel Spaß beim Lesen!

Endlich Urlaub. Endlich tun, was Spaß macht und - endlich glücklich sein...!

Kennen Sie das? Na klar, das denkt doch jeder mal und wenn wir ehrlich sind, denken es viele Menschen ganz oft.

Alle Hoffnungen in den Urlaub - in 30 Tage vom Jahr. Per Versicherung geschützt. Da wird das Glück über uns hereinbrechen. Das Hotel ist perfekt, der Service ein Traum und die Partner mutieren zu umsorgenden Engeln... Ist das so, ja? Selbst wenn - was jedem gegönnt sei - was ist mit dem Rest des Jahres? Mit den übrigen 335 Tagen?

Da sehnen wir uns genauso nach dem großen Glück und suchen und suchen und warten, dass es bei uns anklopft. Und weil es scheinbar immer die anderen beglückt und "wenn wir nicht gestorben sind", warten wir geduldig auf jemanden, der uns glücklich macht oder uns sagt, wie es geht. Auf eine Anleitung zum Glücklichein. Ganze Industriezweige leben davon. Derweil verbringen wir viel Zeit mit Dingen, die wir nicht gern tun, die uns nicht wirklich happy machen und sind froh, wenigstens nicht unglücklich zu sein...

Warum machen wir das? Vielleicht, weil wir versuchen, das Glück mit dem Verstand zu finden? Der kann prüfen, kontrollieren, bewerten. Von Gefühlen hat er keine Ahnung. Und so sucht er ewig nach etwas, was er gar nicht kennt, was er also gar nicht finden kann und wir wundern uns, wo das Glück sich vor uns versteckt hat.

Kinder brauchen keine Anleitung, um zu tun, womit sie sich gut fühlen. Sie wissen sehr genau, was ihre Augen zum Strahlen und ihr Herz zum Lachen bringt. Wissen Sie es? Was macht Sie glücklich? Wie sieht ein Tag aus, an dem Sie glücklich wären? Was tun Sie da? Wo tun Sie es? Oder anders gefragt: Was hält Sie vom Glücklichein ab? Was hindert Sie daran und warum lassen Sie diese Situation immer noch zu?

Sollte das Wetterglück Sie im Urlaub knapp verpassen, dann schreiben und skizzieren Sie doch einfach mal alles auf, was Ihr Herz hüpfen lassen würde. Wie ein Kind vor Weihnachten. Lassen Sie das "WIE" weg. Nur auf's Papier bringen - mehr nicht.

Die Sache, die Ihnen Schmetterlinge in den Bauch zaubert, bei der sind Sie richtig. Dafür machen Sie sich einfach einen Plan mit Teilschritten und spielen "so als ob". Nur spaßenshalber und nur eine Sache. Und für "nur mal so" fangen Sie an, über den Sommer diesen Plan abzuarbeiten und spüren, wie es ist, weil Sie genau das MACHEN.

Wenn Sie diesen Plan schrittweise erledigt haben, geht's zur nächsten Sache.

Wieder etwas, was Sie schon beim Gedanken daran federleicht werden lässt und machen Sie alles genauso - jetzt gegen den lauernden Herbst-Blues.

Sie werden sehen, was passiert, wenn Sie sich mehr mit *Ihrem* Leben, *Ihren* Wünschen und *Ihren* Träumen verbinden - und genau das TUN, was *Ihnen* wichtig ist.

Sie aktivieren die Gesetze des Lebens auf eine Weise, die Ihnen gut tut. Allerdings dürfen wir in "Vorleistung" gehen. Ein Kamin macht auch nicht erst warm, und dann geben Sie Holz dazu.

Das Glück lässt sich doch nicht auf ein Datum festnageln und schon gar nicht absichern. Sie können es locken und ihm auf die Sprünge helfen, indem Sie TUN, *was Sie glücklich macht*. Wenn Sie ihm zeigen, dass Sie es wirklich, wirklich wollen, weil Sie beschlossen haben, glücklich zu SEIN und alles dafür TUN. Dann wird es Ihnen winken, an Ihrer Seite sein und Sie begleiten. Ganz sicher. Mal ehrlich - die vermeintliche Sicherheit, alles unter Kontrolle zu haben, macht Sie doch nicht echt glücklich.

Ihre Sicherheit kommt aus der Gewissheit, "mit dem Leben fertig zu werden" und das Leben zu *Ihrem* Leben zu machen - und das macht Sie wirklich glücklich; auch im Urlaub.

In diesem Sinne, eine Zeit voller Glücksmomente wünscht Ihnen
Ihre Caren A. Peter

PS:

Glücklichsein kann man üben und trainieren. Auf dieser Homepage finden Sie mehrere Angebote dafür.

Ich begleite Sie gern. Rufen Sie mich einfach an oder [schreiben Sie mir...](#)