

Liebe Leserinnen und Leser,
herzlich willkommen zum neuen „DAenkzettel“. Er denkt nach über Großes und Kleines und ist dankbar dafür, dass manches anders ist, als es scheint... Viel Spaß beim Lesen !

Nehmen wir mal an, Sie wollen einen Berg besteigen. Es ist wirklich interessant, Ihre Mitstreiter dabei zu beobachten.

Die einen bleiben bald wieder stehen. Weil es mühsam wird. Weil der Schweiß läuft. Weil sie sich nur noch auf die Anstrengung konzentrieren und kein Bild, kein Motiv in sich tragen, warum *sie* überhaupt für den Berg angetreten sind. Und weil sie das alles von Anfang an für eine blöde Idee hielten. Sie geben auf.

Die nächsten mutieren zu Gipfelstürmern. Sie stürzen mit Sieben-Meilen-Schritten voran, um als erste oben an der Hütte zu sein. Sie wollen alles - und zwar sofort. Und dem Berg werden sie es schon zeigen... Dauert meist nicht lange und sie werden bedächtiger.

Große Schritte kosten Kraft. Große Schritte kosten Energie. Bei großen Schritten übersieht man schnell die kleinen Steinchen, die einen stolpern lassen. Mit großen Schritten muss der Körperschwerpunkt immer wieder umgelagert werden. So man nicht zu den absoluten Profis gehört, ist das ein wirklich gutes Mittel, um möglichst zuverlässig aus dem eigenen Gleichgewicht zu kommen.

Und dann gibt es jene, die gern belächelt werden. Wegen ihres Tempos. Wegen ihrer klitzekleinen Schritte. Und doch sind gerade sie es, die zuverlässig ihr Ziel erreichen. Kleine Schritte sind überschaubar. Kleine Schritte lenken den Blick auf den Boden, der Sie trägt. Ohne Ablenkung. Kleine Schritte sparen Kraft und Energie.

Kleine Schritte halten Sie im Gleichgewicht. Und - sie gehen sich fast von allein. Einer nach dem anderen, wie ein Uhrwerk.

Kleine Schritte mit wohldosierten Pausen bringen Sie auf den Berg, über den Berg oder wo auch immer Sie hinwollen.

Ob dabei der Weg das Ziel oder das Ziel der Weg ist - wer weiß das schon?

Tatsache ist, kein Bergsteiger erklimmt den Berg in direkter Linie. In Serpentinaen wechselt der Weg die Richtung. Immer wieder. Es geht hoch und runter, um hinter dem Berg erneut anzusteigen.

Zugegeben, es ist nicht immer leicht, dabei innerlich stabil, ganz bei sich und zugleich auf das Endergebnis konzentriert zu bleiben. Das kann man lernen.

Ganz gleich, welchen Gipfel Sie demnächst erobern wollen. Beginnen Sie mit dem Weg, der sich für Sie passend anfühlt und dann vertrauen Sie sich und der unglaublichen Kraft der kleinen Schritte!

In diesem Sinne und viele wohldosierte Schritte zu hohen Zielen wünscht Ihnen
Ihre Caren A. Peter

PS: Auf dieser Homepage finden Sie mehrere Angebote, wie Sie sich immer auf Kurs halten und kraftsparend möglichst sicher Ihr Ziel erreichen...