

Ganz hinten im Bus

Da hätte ich gerne Platz genommen, doch diese Plätze sind bereits besetzt. Was solls? Die Fahrt dauert nur kurz. Endstation! Ein nebliger Herbstmorgen. Die Nebelschwaden lassen zwischendurch einzelne Lichtstrahlen durchblicken. Gerade am Bahnhof angekommen, bewege ich mich im Strom der Menschen zum Bahngleis. Kurz noch ein Stopp im Buchladen. Ein Buch findet gerade noch Platz in meinem Reisegepäck. Mit Weile gehe ich zum Bahnsteig. Der Zug fährt ein. Vis-à-vis von einer Wandergruppe hat es einen freien Platz in einem Zugabteil und ich setze mich. „Hauptsache gesund!“ beschreibt eine Person der Wandergruppe sein Befinden. Ob ich zuhören will oder nicht, der Satz schallt durch den Zugwagen. „Hauptsache gesund“ ist wohl der häufigste Satz, wenn ich Schweizer zu ihrem Wohlsein höre. Ich bezweifle, ob dies zum Leben ausreicht.

Wie steht es da mit Träumen und Visionen?

Viele Menschen vertrösten ihre Träume auf später: „Ich möchte dann als Privatperson Sportanlässe besuchen, mir ein GA kaufen, die Schweiz bereisen, und ich werde mir zum ersten Mal in meinem Leben einen Computer kaufen. Er kam nicht mehr dazu seine Träume zu verwirklichen: Herzversagen. Erst 65 Jahre alt!“ Zu spät! Sätze wie „Ich hätte noch so viele Träume“ nützen nichts. Der Zug fährt vorwärts, Kilometer um Kilometer. Genauso wird das Leben gelebt: Tag um Tag, Jahr um Jahr. „Lebe jetzt!“ ist meine Maxime.

Der Zug rauscht an Häusern und Dörfern vorbei. Manche Häuser könnten schon seit immer dastehen, so sehr fügen sie sich in die Landschaft ein. Vertrauen, Ehrlichkeit und Glaubwürdigkeit sind Worte, die mir durch den Kopf gehen. Werte, die einmal so selbstverständlich waren, sind heute einen Buchtitel wert: „Die Macht der Ehrlichkeit. Warren Buffetts Management Kompass“ lautet der Buchtitel des Buches, das neben mir liegt. Die Lautsprecher künden die nächste Haltestelle an.

Kontaktadresse: Coachingplus GmbH
Postfach 409
CH 8424 Embrach

Tel. +41 (0) 44 865 37 73
www.coachingplus.ch

Ein Vater mit zwei Kindern setzt sich in das frei gewordene Abteil. Laute, energische Töne bestimmen das Gespräch. Ich habe den Eindruck, das Vater-Kind-Gespräch versetze mich zurück in eine vergangene Zeit. Einige Zeit her, bestand das wichtigste Erziehungsziel darin, ein möglichst unauffälliges braves Kind zu erziehen. Nachgiebigkeit, Pflichterfüllung und alles richtig zu machen, waren die Worte, welche die Stimmung von damals beschrieben. Ja, wer alles richtig machen will, für den wird das Leben eine anstrengende Pflichterfüllung. „Für wen ist es wohl anstrengender?“, so lautet mein inneres Selbstgespräch, „für den Vater oder das Kind? Wer darf sich jetzt keine Blöße geben und keine Fehler machen?“ Alles gut und richtig machen wollen, führt schnell zu viel Zeitverlust oder Unterlassung, da die Handlungen ja vernünftig oder überlegt sein müssen...

Glück ist jetzt

Es beginnt einzudunkeln. Der Zug rollt langsam in den Bahnhof ein. „Was hat mich heute am zufriedensten gemacht?“ lauten nun meine Gedanken. Stille und lautere Selbstgespräche haben meinen Tag geprägt. Ich bin zu 100% für mein Leben und somit für meine Zufriedenheit verantwortlich. Das letzte Wegstück ist noch zu fahren. Jetzt setze ich mich ganz hinten in den Bus. In meiner Kindheit war dies der Inbegriff des besten Platzes im ganzen Bus. Zufriedenheit und Erhabenheit waren damals die Gefühle. Grosse Zufriedenheit erlebe ich heute, wenn ich durch eine (fast) unberührte Natur schlendere. Erfüllend sind ebenso die Seminartage. Strahlende, ja begeisterte Menschen zu treffen. Dies erfüllt. Welche Momente geniessen Sie besonders? Welche Gedanken durchströmen Sie? Wann verspüren Sie inneren Frieden oder Ruhe?

Autor: Urs R. Bärtschi

Unsere Ausbildungen finden Sie hier:

10-tägiger Studiengang

<http://www.coachingplus.ch/termine.php>

Diplomausbildung für angewandtes Coaching

<http://www.coachingplus.ch/diplomausbildung.php>