



erst recht. Wenn sie zu mir hereinkommt, trifft sie auf eine Kaffeetafel, an der mehrere fröhliche Menschen sitzen, aber ihre Miene bleibt düster. Wenn sie gefragt wird, was denn passiert sei, dass sie so verärgert ist, dann antwortet sie nur abweisend: „Ach nichts, ich habe nur gerade Ärger.“ Den hat sie allerdings immer.

Das Leben bietet uns manchmal einiges an Problemen und ungünstigen Zusammentreffen. Das lässt sich nicht ändern. Da muss plötzlich zu Weihnachten der Schornstein repariert werden oder die Waschmaschine geht kaputt. Die Lieblingstante

abgestellt worden war. Offenbar war in der Nacht irgendwo eine Leitung gerissen. Kein Strom, das bedeutet, keinen Kaffee zum Frühstück, kein warmes Zimmer, kein Telefon, keine Heizung, kein Computer, also auch keine Arbeit in meinem Büro. Zuerst war ich deswegen schon ein bisschen

mürrisch, ganz besonders wegen des ausgefallenen Kaffees. Aber sobald es draußen hell wurde, kam eine junge Nachbarin zu mir herüber. Sie machte in meinem Hof ein Feuer an. Wir stellten einige Ziegelsteine so auf, dass

lich fröhlicher Tag, eine – schließlich doch – willkommene Unterbrechung unseres Alltags und unserer Arbeitsroutine.

Nun lässt sich natürlich nicht aus jedem Problem eine Party machen, aber dennoch behaupte ich, dass das weitaus öfter geht, als man annehmen würde

So entstand zum Beispiel auf meinem Hof eine ähnliche Partysituation, als mir während des Hochwassers vor einigen Jahren der Heizungskeller vollgelaufen war. Als mich am Morgen jemand darauf aufmerksam machte, war ich nicht bereit, deswegen in schlechte Laune zu verfallen. Man kann auch während eines Problems fröhlich und gelassen bleiben.

Unverdrossen fingen meine Freundin, die gerade zum Kaffee gekommen war, und ich an, mit Eimern den Keller auszuschöpfen. Bei der Wassermenge war das eigentlich ganz unmöglich, aber die Feuerwehr hatte mir gesagt, ihr Einsatz würde sehr teuer werden, ich solle es lieber selbst versuchen.

Einige Nachbarn kamen hinzu, um zu sehen, was wir da machten. Sie schüttelten ihre Köpfe, als sie unsere naiven Bemühungen sahen. Und dann kam auf einmal Hilfe von allen Seiten. Pumpen und ▶



Kim Barkmann
De Wise Fru, Lebensberaterin,
Altensalzwedel

Deines Glückes Schmied bist du!

Jeder ist seines Glückes Schmied, so sagt der Volksmund. Aber manchmal kommt es uns doch so vor, als würde da ein anderer für uns schmieden, als würden sich Probleme zusammenbrauen, gegen die wir nichts unternehmen können. Und dann fühlen wir uns gar nicht wie Glücksschmiede, sondern eigentlich eher wie Leidtragende einer Situation, in der wir machtlos sind. Wenn das aber so ist, wie kommen unsere Vorfahren, die dieses Sprichwort prägten, denn auf so eine Idee? Was haben sie gemeint, als sie behaupteten, wir könnten unser Glück im Leben selber schmieden?

Ich habe darauf eine Antwort gefunden,

die ich hier gern mit Ihnen teilen möchte. Doch zuvor beschreibe ich noch ein anschauliches Beispiel:

Ich habe eine Bekannte, die ist immer schlecht gelaunt. Wenn sie mich besucht, dann höre ich sie zumeist schon auf meiner Auffahrt Flüche ausstoßen.

Sie öffnet ihre Autotür und etwas fällt heraus, vielleicht ihr Taschenkalender oder ihre Zigaretten. Dann pöbelt sie: „Sch...“ und bückt sich danach, als wäre es eine ungeheuerliche Zumutung, dass sie das tun muss. Wenn sie wieder hochkommt, stößt sie sich an der offenen Autotür und schimpft

sagt ein Treffen ab, oder der Hagel zertrümmert eine Fensterscheibe.

Solche Dinge widerfahren uns ganz einfach. Aber – wie wir darauf re-agieren, das liegt ganz in unserer Macht

Es ist nämlich gar nicht nötig und auch nicht zwingend, immer so zu reagieren, wie meine Bekannte im obigen Beispiel. Wir sind nicht verpflichtet, uns bei jeder Gelegenheit zu ärgern. Wir können uns einfach entschließen, trotzdem fröhlich zu bleiben. Auch dazu habe ich ein Beispiel:

Eines Morgens im Februar wachte ich davon auf, dass es in meinem Haus eiskalt war. Es stellte sich heraus, dass im ganzen Dorf der Strom



GESUND WERDEN - GESUND BLEIBEN
VEGETARISCH
genießen
Die Zeitschrift für einen neuen Lebensstil
Jetzt am Kiosk oder direkt bei:
Verlag »Das Brennglas«
Röttbacher Str. 61
D-97892 Kreuzwertheim
Tel. 09342/9158-45, Fax -43
www.vegetarisch-genießen.com

99 % Aloe Vera aus Gran Canaria

kein Extrakt, kein Wasser, kein Pulver, von Hand bearbeitet
Aloe Vera hat 19 Biosubstanzen und 160 Inhaltsstoffe, für Pflege und Wohlbefinden



1 Liter Soft 1 Liter Gel

Wir liefern außerdem ein komplettes Sortiment an Kosmetik mit Aloe Vera

kostenlose kleine Aloe Vera Fibel anfordern!

Direkt vom Hersteller!

Aloelixir S.L., Traberhof 2
41836 Hückelhoven
Telefon: (0 24 33) 9 59 95 11
Telefax: (0 24 33) 9 59 95 12
E-Mail: aloelixir-s.l@gmx.de