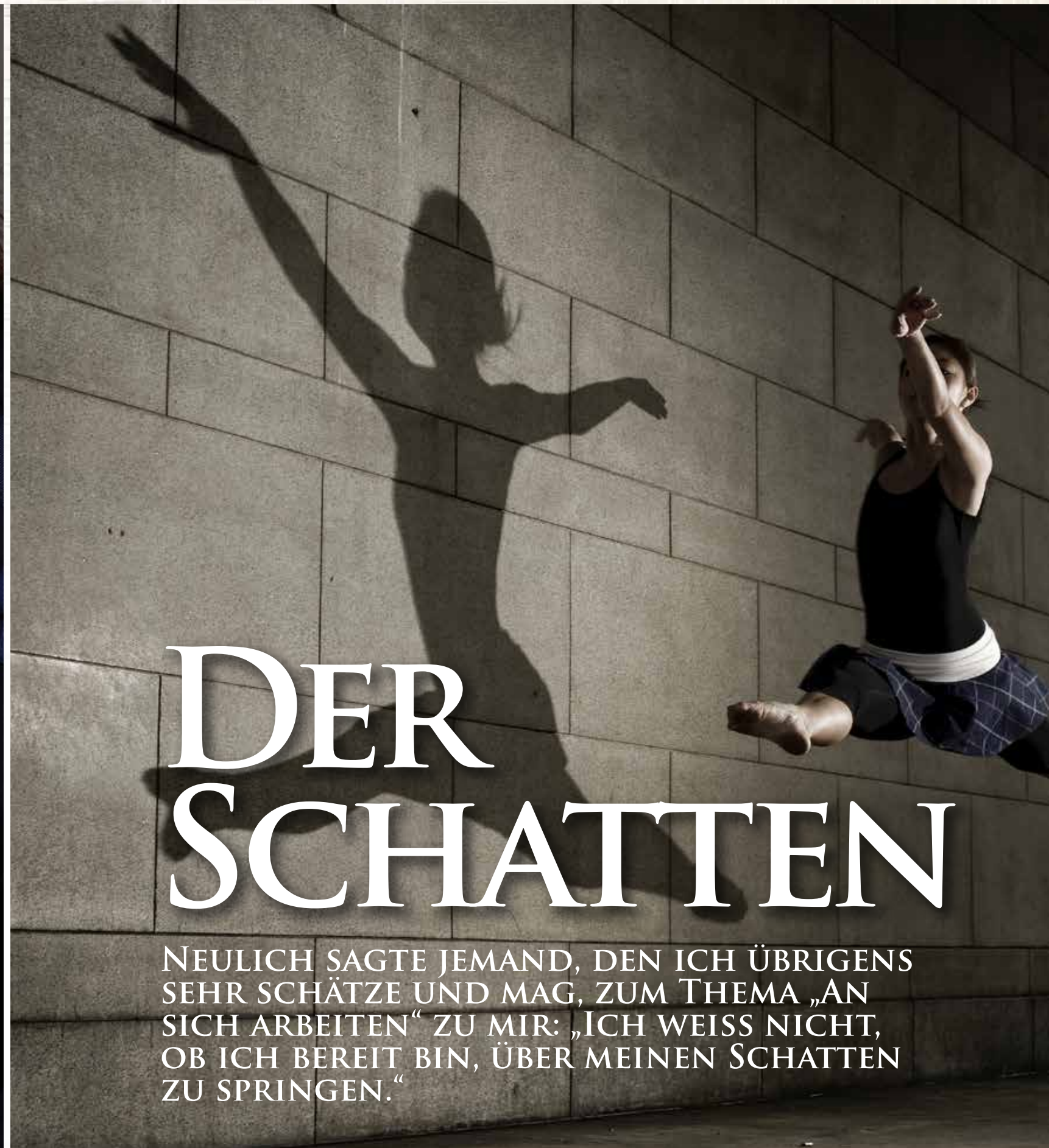




go4
Values®
 with Daniela Claudia Szasz



DER SCHATTEN

NEULICH SAGTE JEMAND, DEN ICH ÜBRIGENS SEHR SCHÄTZE UND MAG, ZUM THEMA „AN SICH ARBEITEN“ ZU MIR: „ICH WEISS NICHT, OB ICH BEREIT BIN, ÜBER MEINEN SCHATTEN ZU SPRINGEN.“

Das war ein Moment, in dem ich mich wie in einem Schachspiel gefühlt habe, in dem der Gegner mit einem Zug beide Spieler patt setzt. Nicht matt, sondern ein Patt: Keiner hat gewonnen.

Da ich kein großer Freund davon bin, bei jemandem nachzubohren, ließ ich das Gesagte erst einmal so stehen und wechselte nach einer Weile das Thema.

Einige Tage später, während ich beim spazieren gehen war, fiel mir der Satz wieder ein. „Ich weiß nicht, ob ich bereit bin, über meinen Schatten zu springen.“ Während ich über den Satz nachdachte und darüber, was es wohl braucht, um über seinen eigenen Schatten springen zu können, fiel mir auf, dass ich (durch das Licht von hinten) gerade selbst einen riesigen Schatten nach vorne warf. Dieser wurde immer größer – über 10 Meter lang.

In dem Moment wurde mir sehr deutlich bewusst, dass es eigentlich unmöglich ist, über den eigenen „Schatten“ zu springen. Selbst als weltbeste Leichtathletin würde ich es nicht schaffen, denn nach jedem Sprung wäre der Schatten immer noch da – egal, wie sehr ich mich auch anstrengen würde. Der „Schatten“ vor mir würde seine Größe behalten. Und selbst wenn er etwas kleiner werden würde, wäre es immer noch unmöglich, über ihn zu hinwegzuspringen.

In dem Moment erkannte ich aber auch, dass es nicht nötig war, über meinen Schatten zu springen. Das Einzige, was nötig war, war die Entscheidung, mich einer neuen Richtung zuzuwenden. Ich tat genau das und siehe da: Der Schatten war nicht mehr in meinem Blickfeld.

Ich hatte also genau 4 Möglichkeiten:

1 Ich könnte weiter in dieselbe Richtung schauen und mir sagen, dass ich nicht über meinen Schatten springen kann. Und damit hätte ich sogar Recht, denn der Schatten bliebe dann immer vor mir.

2 Ich könnte mich um 90 Grad nach rechts drehen. Der Schatten wäre dann plötzlich nicht mehr direkt vor mir, weil ich in eine neue Richtung schauen würde und damit eine andere Perspektive hätte.

3 Ich könnte mich um 90 Grad nach links drehen und auch in dieser Richtung plötzlich ganz andere Möglichkeiten erkennen.



4 Ich könnte mich aber auch um 180 Grad drehen und in eine komplett neue Richtung gehen! Der Schatten wäre dann vollständig aus meinem Blickfeld verschwunden.

Natürlich, egal in welche Richtung ich gehen würde, der Schatten wäre niemals komplett verschwunden. Würde aber meine Energie und mein Blickfeld auf eine neue Richtung ausgerichtet sein, wäre der Schatten nicht mehr direkt vor mir und damit nicht mehr so wichtig. Ich entschied mich, mich dem Licht zuzuwenden, also im wahrsten Sinne des Wortes der Sonne entgegenzugehen. Und siehe da: Der Schatten war plötzlich aus meinem Blickfeld verschwunden und nur noch ein Gedanke in meinem Kopf.

Würde ich mich jedoch wieder umdrehen, wäre er wieder in voller Größe präsent.

Was ist also nötig?

Manchmal reicht es, sich einfach in eine neue Richtung zu drehen – sich für einen neuen Weg zu entscheiden. Denn dann wirst du deinen Schatten nicht mehr als etwas Unüberwindliches sehen, sondern als einen Teil von dir, der seine Existenzberechtigung hat. Trotzdem musst du aber nicht unnötig viel Energie auf deinen Schatten verwenden.

Was würde ich nun also antworten, wenn wieder jemand zu mir sagt: „Ich weiß nicht, ob ich bereit bin, über meinen Schatten zu springen.“

Vielleicht sage ich beim nächsten Mal: „Über deinen Schatten zu springen, ist völlig unnötig. Du könntest dich dabei verletzen und gegen das Licht hast du sowieso keine Chance. Also lass uns lieber gemeinsam versuchen, in eine neue Richtung zu schauen. Dein Schatten läuft dir deshalb nicht weg.“

In welche Richtung möchtest du schauen?

Mit diesen Gedanken schicke ich dir sonnige Grüße aus Mallorca

Deine Daniela



“
In dem Moment erkannte ich aber auch, dass es nicht nötig war, über meinen Schatten zu springen. Das Einzige, was nötig war, war die Entscheidung, mich einer neuen Richtung zuzuwenden.”