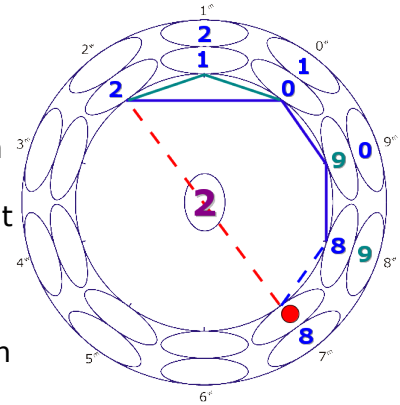




Mit dem neunten Monat schicken wir uns an, ein weiteres Quartal des Jahres abzuschließen. Die Zeit scheint wieder eiligen Schrittes unterwegs zu sein. Das ist die Zeit für uns, mal inne zu halten und eine kleine Bestandsaufnahme zu machen.

In diesem Zeichen steht der September. Dass wir denken, möchte der neue Monat. Nicht nur denken, damit die grauen Zellen nicht einrosten. Nein, dass wir nachdenken, möchte er, dass wir uns selbst unter den Aspekten „wer will ich sein?“, „wie will ich sein?“, „was will und kann ich tun?“ auf den Prüfstand stellen. Fürwahr, das klingt, als würden theoretische Betrachtungen im Vordergrund stehen, als ob alles analysiert, durchdacht und differenziert werden soll. Das klingt, als wolle der Monat uns eher als Theoretiker sehen, nicht als Praktiker. Dem ist so, denn mit den nach außen sichtbaren Ergebnissen unserer Überlegungen müssen wir nicht sofort aufwarten. Wir müssen nicht sofort handeln. Damit dürfen wir uns noch ein wenig Zeit lassen, was wiederum nicht heißt, dass wir im neuen Monat nichts zu tun bekommen. Im Gegenteil.



Bei unserem Unterfangen steht uns eine stark ausgeprägte Intuition zur Seite, die uns auch ohne logische oder rationale Erklärung wissen lässt, was wichtig und richtig ist. Und auch, was nicht wichtig und nicht richtig ist. Wir können auch sagen, der "Bauch" weiß, was gespielt wird. Das wird aber sogleich den Widersacher "Kopf" auf den Plan rufen, der oft, wie nun mal der Verstand gestrickt ist, eine rationale Be- und Verarbeitung aller Erlebnisse fordert und mit Vernunft und Logik allem auf den Grund gehen möchte. Da haben wir es wieder, das alte Spiel, "Kopf" gegen "Bauch". Der Monat sorgt netterweise bei uns für eine rasche Auffassungsgabe und wird uns mit einem steigerungsfähigem Denkvermögen auf die viel zitierten Sprünge helfen, auch ohne dass die vormals pädagogisch so gepriesenen „leichten Schläge auf den Hinterkopf“ notwendig werden. Allerdings kann sich bei so viel 'Denkleistung' eine Neigung zum Grübeln breit machen, die sogar mit Unentschlossenheit einher gehen kann. An dieser Stelle müssen wir aufpassen, dass Denken nicht zum Selbstzweck wird, dass wir den roten Faden in unseren Gedanken immer im Auge haben, auf dass unser Denken in ein zielgerichtetes Handeln münden kann.

Glücklicherweise ist der neunte Monat so nett, uns mit dem Auszustatten, was wir als "gesunden Abstand" bezeichnen können. Den brauchen wir nämlich, wenn es darum geht, unsere Gedanken in Schach zu halten, nicht vom Durch-Denken ins Zer-Denken abzurutschen. Gesunden Abstand zu haben, heißt nicht, sich nicht um Dinge zu kümmern oder gar zu ignorieren. Wahrlich nicht. Nein, es heißt, etwas vollständig zu überblicken, und nicht einen kleinen Ausschnitt für das Ganze zu halten. Denn erst mit dem Blick auf das Ganze können wir klar sehen, klar denken und klare Entscheidungen treffen.

Bei all unserem Sinnen und Streben sollten wir uns klar darüber sein, dass es im Leben weder immer nur bergauf gehen kann, noch immer nur bergab. Wenn wir uns sagen, das Leben hat seinen Rhythmus, bei dem ich mit muss, werden wir einem weiteren Ansinnen des Monats gerecht. Mit dem klar zu kommen, was wir haben, die Höhen und Tiefen zu meistern, denn auch das möchte der Monat von uns sehen. In diesem

2018 – der September in Zahl3n



Zusammenhang sollten wir den Aspekt von Geben und Nehmen immer im Auge haben. Dazu gehört auch, anderen etwas zu gönnen und sich selbst etwas zu gönnen. Uns selbst etwas gönnen, klingt zunächst egoistisch. Doch betrachten wir all das mal von einem energetischen Standpunkt. Mit allem, was wir geben, wird das große Gefäß, aus dem wir geben, immer leerer. Und wenn wir nichts nachfüllen, d.h. uns nichts gönnen, wird eines unschönen Tages Schluss sein mit dem Geben. Dann ist das Gefäß leer. So sehr wir dann auch geben wollen, es wird uns nicht gelingen. Mit dem Gefäß werden nämlich auch wir selbst leer, haben keine Energie mehr und werden richtig ausgebrannt sein. Klar, dass es dann auch mit unserer Gesundheit nicht zum besten gestellt sein kann.

Solche Gedanken über das Denken sind sicherlich nicht neu, so dass wir uns auch hierbei auf Bewährtes verlassen können. Finden wir also einen gesunden Abstand zu allem, zu jedem und vor allem zu uns selbst. Und diesen klaren Blick werfen wir auf uns selbst und unsere Handlungen und finden heraus, ob es das ist, was wir wollen, oder ob es diesbezüglich Korrekturen geben muss.

Wenn wir das tun, haben wir es um einiges leichter, dann haben wir den September auf unserer Seite.

[Bodo Trieb](#)