

Wer in Sabrina möchte gehört werden?

Das ist ein Beispiel meiner inneren Stimmen. Alle Aspekte davon schätze ich. Manche hatten sich ziemlich breit gemacht. Je bewusster uns wird, wer sich da in uns meldet, desto klarer können wir ein harmonischeres inneres Miteinander erschaffen. Wenn wir nicht merken, warum wir auf welche Stimmen reagieren, beginnen wir automatische (alte) Verhaltensweisen immer zu wiederholen.

Frau Pflichtbewusst hatte in meinem Leben enorm viel Platz eingenommen. Sie ist großartig - aber nicht immer nötig und sie kann enorm ängstlich und engstirnig sein.

Frau Obrigkeitshörig - ihre beste Freundin - will alles "richtig" machen - das ist hin und wieder nützlich, kann aber auch recht mühsam sein.

Die dritte im Bunde ist die Herbergsmutter, die dafür sorgen will, dass es "allen" gut geht. Sie musste begreifen, dass es mir auch gut gehen muss und dass ich nicht für das Wohlbefinden aller Menschen im Umkreis von 100 Kilometern zuständig bin. Es hat gedauert bis sie verstand, dass ihr Verhalten übergriffig ist und ... eingebildet ("Ich kann dein Problem lösen). Trotzdem ist es ein netter Zug sich zu kümmern und ich nütze ihn gerne - allerdings jetzt in einem gesunden Rahmen.

Frau Schönermachen würde am liebsten den ganzen Tag dekorieren und umräumen, denn es ist für sie enorm wichtig, dass alles um sie herum harmonisch ist. Dabei hat sie früher auch vor den Räumlichkeiten anderer keinen Halt gemacht ;-) Wenn man bedenkt, dass ich ein schlampiger Teenager war, ist es erstaunlich, dass sie sich überhaupt entwickeln konnte.

Und die herrliche Frau Freude, die sich häufig meldet und meint - mit Recht - dass sie immer noch zu kurz kommt.

Frau Pflichtbewusst war früher extrem anstrengend, denn sie stand mit einer Horde wilder Männer mit Knüppeln hinter mir, die versucht haben, mich jede ruhige Minute weiter zu treiben. Sie wollten alles unterdrücken, was nur annähernd nach Freude und Entspannung aussah. Sie und Frau Freude haben sich auf ein akzeptierendes Miteinander geeinigt und besonders Frau Pflichtbewusst hat verstanden, dass es auch Pausen braucht. Dicke Freundinnen sind sie noch nicht. Aber das ist bei der unterschiedlichen Job-Beschreibung vielleicht auch nicht ganz einfach ...



Frau
Pflichtbewusst



Frau Obrigkeitshörig

Die Herbergsmutter



Frau Freude



Frau
Schönermachen

