

Mensch des Jahres

Gerade habe ich Platz genommen an meinem Lieblingstisch. Der Tisch war noch frei, so ein Glück! Ein französischer Bistrotisch. Die Spuren des Alltages sind auf ihm deutlich zu sehen. Eigentlich ist es ein Tisch für draussen. Vielleicht gefällt mir der Tisch deshalb so gut? Da liegt sie noch, die Illustrierte mit den Helden des letzten Jahres. Sofort werde ich erinnert. Einige Wochen sind seither vergangen, seit dem Moment, wo die Menschen des Jahres gewählt wurden. Vielleicht erinnern Sie sich auch noch? Die strahlenden Momente, der Höhepunkt, die Show. Vielleicht haben Sie ganz speziell mitgefiebert? Vielleicht sogar gewählt? Ja, diese Momente sind speziell. Alle warten fieberhaft auf die letzten Momente. Und dann der Höhepunkt, das Jubeln, die Begeisterung und die Tränen. Ein bewegender Moment.

Während ich so denke, schweifen meine Gedanken in die Zukunft – 2012! Apropos spezielle Momente: Welche Minuten, Tage oder sogar Wochen werden Ende Jahr meine ganz spezielle Auszeichnung erhalten? Welche Situationen werden ausserordentlich geehrt und in Erinnerung behalten? Ich denke nicht nur an die Ferienmomente (sicherlich werde ich wieder tolle Landschafts- und Stimmungsbilder machen). Noch viel mehr Bilder werde ich innerlich abspeichern. Oder unerwartete Fotos an einem Fest: Die überraschten Gesichter, die Komik einer Situation. An welche Augenblicke werde ich mich strahlend oder schmunzelnd Ende 2012 erinnern? Welche Geschichten werde ich in 10 Jahren noch erzählen? Welche Momente werden mir durch den Kopf gehen? Familie, Freunde, Erlebnisse? Sind auch Stunden dabei, wo ich in meine persönliche Entwicklung investiert habe – Erkenntnisse, Aha-Momente, wichtige Entscheidungen? Wie viele Stunden aus dem Berufsalltag werden hervorragen?

Ein Jahr, unter diesem Aspekt betrachtet, erhält eine ganz andere Wichtigkeit. Vor allem bin ich der Regisseur. Ich entscheide gerade in diesem Moment. Ich inszeniere mein eigenständiges künstlerisches Werk. Ich allein besitze das Urheberrecht und schreibe das

Kontaktadresse: Coachingplus GmbH
Postfach 409
CH 8424 Embrach

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

Drehbuch. Wähle sogar die Schauspieler aus. Was wäre denn meine Traumbesetzung oder meine Trauminszenierung? Das Drehbuch wird jetzt geschrieben und ich wähle jetzt aus, welche Momente Ende Jahr ausgezeichnet werden! Wow, ein spannendes „Kopfkino“.

Flugs, wie schnell die Zeit doch vergeht. Meinen Espresso habe ich längst ausgetrunken. Jetzt wird es Zeit zu gehen. Vielleicht liebe ich diesen Bistrotisch so sehr, weil die Atmosphäre so inspirierend ist! Kaum stehe ich auf, gehen zwei Personen auf den Tisch zu. Ob sie dieses Gefühl kennen? Am liebsten würde ich kurz fragen, doch die Zeit drängt. Ich hatte den Augenblick genossen und die Zeit völlig vergessen.

Fazit: Ich mache mehr von dem, was mir gut tut!

Die Stunde im Kaffee hat wieder eine kreative „Anschubse“ in mir bewirkt und ich nehme mir vor, im neuen Jahr mehr Zeit für Dinge zu nehmen, die mir Freude bereiten, denn: Zufriedene Menschen erreichen Ihre Ziele leichter. Heute wünsche ich mir

- ... einen Spaziergang durch die verträumte Winterlandschaft
- ... ein kreatives, inspirierendes Gespräch
- ... oder einen weiteren Kaffee an meinem Lieblingstisch?

Es begleiten mich noch zwei, drei weitere Gedanken auf dem Weg zur nächsten Sitzung:

- Was hat mich in den letzten Monaten glücklich gemacht?
- Worüber habe ich mich besonders gefreut?
- Wem möchte ich „Danke“ sagen?
- Und ein Spruch einer Karte, die ich zu meinem Geburtstag erhalten habe: „Überlege, was dich aufblühen lässt – dem gehe nach.“

Motiviert und mit leichtem Gefühl gehe ich an meine nächste Alltagsaufgabe heran, die nun auf mich wartet.

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>

Unsere Termine als PDF

<http://www.coachingplus.ch/documents/termine-coaching-studiengang.pdf>