



Zuhause	Leben	Arbeiten	Lernen	Beziehungen	Gesundheit und mich ernst nehmen	Spiritualität	Altern
---------	-------	----------	--------	-------------	--	---------------	--------



Welche ?
Selbstsorge
Leben mit Hindernissen
Wundertüte

## Leben mit Hindernissen

Ein heikles Thema heute, wo sich die (ethisch-moralischen) Ansichten mehr und mehr aufweichen. Z.B. was den Suizid betrifft. Respektive die Hilfe dazu. Und sich vorgängig eingeschliffen hat, dass wir jedwelche Hindernisse gerne mit einfachen Mitteln umgehen. Seien es Pillen, Drogen jeglicher Art (der blaue und andere Dünste), lärmige Unterhaltung usw.

Der Eskapismus ist in und hilft uns out. Out von Hindernissen bezüglich Problemen von Gesundheit, Beziehungen, Lernen, Geld und vielen Ressourcen mehr. Dabei gilt doch im effizienten Business, dass Probleme gar keine solchen seien, sondern nur Herausforderungen. Herausforderungen, welche unser produktiven und kreativen Kräfte mobilisieren würden. Dort herrscht also die Philosophie vor, dass die Mentale Einstellung schon ein Teil der Lösung des Problems, sorry, der Herausforderung sei.

Home
Aktuell
Sitemap
Links
Archiv
Suchen
Über uns
Kontakt

Ich schliesse mich dieser Sichtweise gerne an und frage mich dann, warum wir im Bezug auf unser eigentlichstes Business, das eigene Leben, nicht mit den gleichen Tools umgehen. Sondern eben häufig Abkürzungen nehmen.

Sicher lassen sich solche Gedanken leicht äussern, wenn sich das Leben vor allem von der Sonnenseite her zeigt. Und alleine zu schaffen ist dieser positive Umgang mit sich selbst ja auch nicht. Es braucht eine hilfreiche Umgebung dazu. Welche den Partner einschliesst. Und wer wäre da nicht auch Partner? Jedermann und Jede(r) im täglichen Leben. Eingeschlossen der/die, welche die Indianer den grossen Geist nennen.

Im Buddhismus finden wir interessante Gedanken zum Umgang mit Hindernissen: >>



Foto: [www.romankoch.ch](http://www.romankoch.ch)

## Umgang mit Ärger

Unsere Vorstellungen, Bilder und Erwartungen melden sich häufig spielverderberisch in unseren tagtäglichen Begegnungen. Weil das Gegenüber, die andere Person, die Situation nicht so reagiert, nicht so ausfällt, wie wir es eben gerne hätten. Damit wird Ärger unser häufiger Begleiter und verhindert, dass wir die Welt etwas unvoreingenommener erleben. [Harriet Lerner](#) (E) hat einige hilfreiche Gedanken zusammengetragen: >>

## Höher - Schneller - Weiter

Höher, schneller, weiter,  
auf der Fortschrittsleiter.  
Endlich kommt die Wende:  
Der Zufall hat ein Ende.

Schauen Sie rein in den Lebenswissen-Song >>

Das Leben mit Hindernissen kommt wohl sehr oft einem Leben auf einer Achterbahn gleich. Auf und ab werfen uns die Wellen des Alltags, schwanger mit Verlockungen des Marktes und Drohungen der Nacht. Es müssen ja nicht körperliche oder psychische Behinderungen sein. Nein, die Auseinandersetzung mit dem Main Stream, dem was der Nachbar vormacht, kann ebenfalls sehr anspruchsvoll sein. Da hilft wohl nur, wenn es mir ab und zu gelingt, wieder in mein eigenes [Zentrum](#) zu kommen.



