

Hindernisse

Ich bin in den Bergen unterwegs und lerne Patrick kennen. Es handelt sich um ein kurzes Gespräch, bei dem ich in den Genuss von seinem Bergkäse komme. Patrick ist Älpler. Mitten auf seiner Alp haben sich durch die Regenfälle vom Juli mehrere Erdrutsche gebildet. Einige betreffen den Wanderweg. Dieser ist in Folge davon gesperrt. Patrick meint: *«Die aus dem Tal wollen oder müssen wahrscheinlich Verantwortung übernehmen, damit nichts passiert.*



Du kannst den Weg nehmen, er ist gut begehbar. Wir gehen den Weg mit dem Vieh.» Der Wanderweg hat ähnliche Hindernisse, Treppen und Stufen wie ein anderer Wanderweg T3.

Eine ähnliche Geschichte erlebte ich im Mittelland bei einer steilen und in der Kurve liegenden 6 Stufentreppe. Ich kam schon mehrmals an dieser Treppe vorbei. Erst nach mehreren Anläufen und mit einer guten Portion Mut konnte getraute ich mich, sie mit dem Mountainbike zu fahren. Nach einem Sturm war diese Treppe mit umgestürzten Bäumen zugedeckt. Durch die Aufräumarbeiten mit dem Bagger wurde der Hang abgetragen und in einen langsam abfallenden Wanderweg verwandelt. Wenn ich heute die Stelle passiere, ist diese rollstuhlgängig und mir fehlt etwas. Das entfernte Hindernis war eine Herausforderung für mich, ein Entwicklungsprozess, den ich heute vermisse.

Wie gehst du mit Hindernissen um?

«Das Schönste, was eine Fee einem Kind in die Wiege legen kann, sind Schwierigkeiten, die es überwinden muss.» Dieses Zitat stammt von Alfred Adler aus den Anfängen des zwanzigsten Jahrhunderts. Es mag für dich nach Leistungsdruck, Ungerechtigkeit, Überforderung oder Überlebenskampf klingen. Eine Fee ist dazu da, meine kühnsten Wünsche zu erfüllen. Welche feinen Erkenntnisse und Wahrheiten finden sich darin wieder?

Suche in deinen Erinnerungen nach gemeisterten Herausforderungen und Hindernissen. Gefunden? Welches Gefühl stellt sich bei dir ein?

Ich erinnere mich an den Baum, der neben unserem Haus stand. Diesen erkletterte ich regelmässig und versuchte auch die entlegensten Äste zu erreichen. Einmal war ich in der Krone und konnte alles überblicken. Wenn ich das hier niederschreibe, erfüllt es mich mit Freude, Stolz, und Mut. Dieser Baum war meine Herausforderung, ein Hindernis. Ich ermutige dich: Schreibe dein erfolgreich gemeistertes Hindernis aus früherer Zeit auf. Ergänze die Erinnerung mit den heutigen Gefühlen. In schwierigen Situationen kannst du deine positiven Gefühle abrufen und deine gemachten Erfahrungen helfen dir.

Ob dein aktuelles Hindernis selbstgewählt ist oder nicht, ändert nichts an deinen Gefühlen, welche du in 5 Jahren haben wirst. Momentan mag dein Hindernis herausfordernd, schwer oder unüberwindbar scheinen. Eine Fee hat es in deinen Lebensabschnitt platziert und ermöglicht dir Wachstum. Du wirst es meistern und überwinden. Mit Reflexion kannst du von einer Metaebene dich selbst fragen: *«Wie meisterst du Hindernisse?»*