

«Leben im Nebel»

Was heisst Leben rückwärts? Nebel! Dieses Wortspiel stammt von Daniel. Er ist ein fantasiereicher Mann, der sich durch verschiedene Quellen informiert und sich seine Meinung bildet. Er erwirbt sich ein grosses Wissen und hinterfragt einiges. Dabei können Wortschöpfungen, wie die eingehend erwähnte, entstehen. Im Unterwegs sein mit ihm sagt er von sich, dass er seine Beschränkungen hinter sich lassen möchte. Welche



Beschränkungen meint er und was hat das mit dem Nebel zu tun? Daniel meint, ich möchte meine vielen Möglichkeiten ausschöpfen und diese leben. Leben im Nebel kann einschränken, behindern, täuschen oder abkühlen. Wie kannst du mit Aussicht auf das Jahr 2023 deine Möglichkeiten nutzen?

Tauche mit mir in den Nebel ein. Im Nebel ist es feucht, kalt und im Vergleich zu lichtdurchfluteten Tagen dunkler. Welche nebligen Momente verhindern dir im Alltag einen klaren Blick? Ist es eine Vielzahl an Möglichkeiten, unklare oder diffuse Aufgaben, welche dich im Alltag fordern? Sind es ungeklärte Beziehungen? Eingeschränkte Sichtverhältnisse ermöglichen meist nur wenige Meter Sichtweite. Entfernte Ziele sind nicht mehr sichtbar oder die Orientierung wird schwieriger. Hat das einen Einfluss auf deine Ressourcen? Mit reduzierten Sichtverhältnissen wird die Orientierung und der nächste Schritt umso wichtiger. Kleine Schritte bringen dich nicht direkt ans Ziel, sie bringen dich weiter. Du kannst deinen Fortschritt nicht an der vorbeiziehenden Landschaft erkennen. Umso wichtiger sind deine erzeugten Fussabdrücke und Spuren. Sie zeugen von deiner Bewegung. Was hast du bewirkt und welchen Abdruck hast du hinterlassen?

Im Nebel längere Zeit stehen bleiben ist mit Kälte und Nässe verknüpft. Die Kälte zieht von hinten den Rücken hinauf und kühlt dich aus. Umgangssprachlich sprechen wir von abgekühlten Beziehungen. Diese können bildlich gesprochen auftreten, wenn in der Kommunikation neblige Stimmung auftritt. Behinderte Wahrnehmung durch eingeschränkte Sichtverhältnisse kühlen eine Beziehung im Nebel rasch ab. Du kannst dich wärmer anziehen, was umgangssprachlich in Konflikten auch Anwendung findet, oder du kannst dich bewegen. Beharrst du auf deinem Standpunkt, bist du darauf angewiesen, dass der Nebel sich lichtet? Bewegst du dich, kann eine Veränderung der Sichtverhältnisse und der Situation eintreten. Wann machst du dich auf die Suche nach Nebelrandzonen?

Daniel möchte seine Möglichkeiten trotz Nebel ausschöpfen. Geht es dir ähnlich? Unten sind Ideen aufgeführt, welche du im neuen Jahr ausprobieren kannst, damit du neblige Stunden verändern kannst. Welche probierst du aus?

- Fernziele festhalten und langfristig anpeilen,
- Erreichbare Zwischenziele aufschreiben,
- Fussabdrücke erkennen und festhalten,
- Deine Sichtweise verändern, in dem du mit jemand Vertrautem deine Absicht teilst.