

Kolumne Hindernisse überwinden



Liebe Leser/innen,

wer mag das schon – man hat sich ein Ziel gesetzt, und dann gibt es allerlei Schwierigkeiten und Hindernisse, die einen schier verzweifeln lassen. Dann hört man entweder auf, dieses Ziel weiter zu verfolgen oder denkt: jetzt erst recht und setzt „Himmel und Hölle“ in Bewegung, um es zu erreichen.

Ich bevorzuge den letztgenannten Weg und stelle mich den Widerständen im zuversichtlichen Bewusstsein, dass die Bewältigung der Aufgabe stärker und reifer machen wird. Ganz im Sinne des deutschen Philosophen Immanuel Kant: „Alle Stärke wird nur durch Hindernisse erkannt, die sie überwältigen kann“.

Sicher wird es auch Hindernisse geben, die man nicht oder – wenn überhaupt – nur mit größter Anstrengung überwinden kann. Vielleicht muss man aber auch einmal andere Wege gehen. Oder, um dem oft nur vermeintlichen Hindernis elegant auszuweichen, einen Umweg in Kauf nehmen. Man geht einfach ein Stück zurück und startet einen erneuten, hoffentlich erfolgreicherem zweiten Versuch.

Aber egal, für welchen Weg wir uns entscheiden: Sind wir sicher, dass der eingeschlagene Weg kein Irrgang ist, der uns ins Verderben führen kann, ist es umso wichtiger, nicht zu zögern, zu zaudern oder stehen zu bleiben, sondern zielgerichtet weiter zu gehen. Dabei kann es durchaus passieren, dass man erkennt: Dieses Hindernis, diese Mauer, ist von uns selbst geschaffen.

Meistens erkennen wir noch rechtzeitig, wenn wir gerade dem falschen Ziel folgen. Dann bleiben wir aber nicht stehen; wir korrigieren unseren Kurs und kommen so auf den für uns richtigen Weg. Aber nur, wenn wir den Mut, den Willen und die Erkenntnis haben, dass es sich lohnt, dem angestrebten Ziel konsequent zu folgen.

Wenn wir uns dessen bewusst sind, dann hilft noch eine Prise Humor und Leichtigkeit. So gewinnen wir wertvollen Abstand zu Problemen und Hindernissen – und zeigen wahre Stärke.

Und für die ganz Fitten und Sportlichen unter uns habe ich noch einen einfachen, aber vielleicht wirk-samen Tipp: Laufe, jogge oder walke! Wir müssen das (Lauf- oder Hamster-) Rad nicht immer wieder neu erfinden und dürfen uns auch nicht immer nur treiben lassen. Warum laufen, joggen oder walken wir denn überhaupt? Wir tun das einzig und ganz alleine nur für uns selbst. Um am Ende sagen zu können: Es tut uns gut. Darum bewegen wir uns. Auch 2020!

So läuft es und so sieht's aus!