ALLE TASCHEN VOLLER FREUDE

Momente gibt es und besondere Situationen, die treffen uns mitten ins Herz!
Und als wäre das nicht bereits genug, füllen sie uns obendrein die Taschen der Erinnerung dermaßen mit Freude, dass wir noch lange davon zehren können – manchmal ein Leben lang!
Wer von uns erinnert sich nicht an die Worte einer ersehnten, guten Nachricht, an einen Überraschungsbesuch nach langer Zeit, an das wie auch immer ausgedrückte Zeichen persönlicher Wertschätzung, an eine spontane Umarmung oder das Gefühl des Angenommenseins und miteinander schwingen Könnens in einer Freundschaft. Viel gäbe es noch aufzuzählen…
Auch die Natur schenkt uns solche Freudenmomente in Fülle, sofern wir bereit sind, inne zu halten. Das Innehalten hilft wahrzunehmen, mit welch erfinderischer Schönheit sie es schafft, uns immer wieder zu überraschen und zu beglücken: Ob Glühwürmchentanz in einer lauen Sommernacht, ob dramatischer Abendhimmel oder ein Morgenrot, so verheißungsvoll glühend, wie es schöner nicht sein könnte – auch hier wird jeder seine ganz persönlichen Bilder und Vorlieben im Kopf haben.
Dieses Buch möchte Sie einladen, lieber Leser und liebe Leserin, sich an all das Gute und Freudige zu erinnern, das Ihnen bereits widerfahren ist und verschüttet hinter der Verstandesbarriere liegt, vielleicht nur einen Gedanken weit entfernt.
Gar manchen Schatz gilt es zu heben, viele Freudenfunde warten auf Entdeckung. Mögen sie für Sie im besonderen Lichte glänzen, Ihnen wohl tun und Sie beglücken, das wünsche ich Ihnen!

Angelika Wolff

POSITIVE ANSTECKUNG

Lachen, gute Laune,
ein herzhaftes Gähnen,
Freude an etwas oder aneinander.
Das Leben kann wunderbar ansteckend sein!

SORGENBEGLEITER

Weil wir dazu neigen, uns zu sorgen, um Besitz, Wohlstand, Gesundheit, unser Leben, um alles und jedes, was uns abhandenkommen könnte, versuchen wir der Sorge – ganz einfach – einen Versicherungsriegel vorzuschieben und nennen das Vorsorge. Diese wirkt zwar vordergründig beruhigend, macht aber weder sorgenfrei noch glücklich. Denn vieles, was unsere Lebensfreude, unser persönliches Glück ausmacht, lässt sich nicht versichern oder erkaufen.
Aber was tun mit unseren Sorgen? Wie ihnen beikommen?
Indem wir uns dem anvertrauen, der alle unsere Sorgen kennt, sie mit uns aushalten und uns hindurch tragen will!
Angesichts dieses Versprechens können wir unser Leben unbesorgt genießen!

DIE GESCHENKE DES LEBENS

Leben heißt unterwegs sein, sich bewegen und bewegen lassen, verändern und Veränderungen annehmen, berühren und berührt werden, geben und empfangen, was das Leben für uns bereit hält und es so ausgestalten, dass wir uns wohl und heimisch darin fühlen. Eine Fülle von Geschenken liegt für jeden von uns bereit, und eines der schönsten, das viel Segen beinhaltet, ist ein „sonniges Gemüt“. Das bezeichnet eine innere, gelöste Heiterkeit und Beweglichkeit, die einher geht mit der Unbeschwertheit der Seele und lächelnder Zuversicht in die Zukunft. Dieses Grundgefühl des Geliebt- und Aufgehobenseins trägt in guten wie in schweren Stunden. Glücklich die Menschen, denen es geschenkt wurde und die anderen zum Segen werden, indem sie ihr Licht (und damit ihre Freude am Leben) weiter verschenken!

LEBENSWÜNSCHE

Die Finger meiner rechten Hand,
ich reiche sie dir hin.
Im Händedruck und meinem Lächeln
sind fünf Wünsche für dich drin:

1.Ideenzwirn auf Endlosspule zum bunten Aussticken deiner inneren Bilder und zum Knüpfen von Beziehungen

2. Regenbogenstunden für die Sorgen und Nöte deines Alltags, damit du niemals die Hoffnung aus den Augen verlierst

3. Gedankengebilde, mal flauschig, mal quirlig, deren Lebendigkeit sich aus deinen eigenen Wünschen und Träumen speist

4. Segen, nicht zu knapp, und dass die Freude am Leben dir Flügel verleihen möge und dich verlässlich trägt

5. Freiheit als gelebte Verantwortung und die Entdeckung, dass sich in deinen Gaben mitunter auch deine Aufgaben verbergen

Eine Handvoll Lebenswünsche,
ich hoffe, sie konnten entzücken!
Sie und dein Leben, das wünsche ich dir,
mögen gelingen und dich beglücken!

KLEINE FREUDE

Letztens auf meiner Türschwelle der vergessene Einkaufskorb.
Zwischen Radieschen, Mehltüte, Bonbons und Lauch ein wundersames Stillleben mit lebendiger Garnitur:
Der scheue Nachbarskater hat dem sonnigen Plätzchen nicht widerstehen können und es sich gemütlich gemacht. Perfekt eingeschmiegt in das Rund des Korbes zucken seine Schnurrhaare im Schlaf.
Welch friedliches Bild, so bunt und echt –
ein ungekünsteltes Freudengeschenk mitten aus dem Leben!