



von J. A. Caranda
 Verlag CreateSpace, 1. Auflage 2016
 ISBN: 978-1540339881

338 Seiten – exklusiv bei [Amazon](#)

***Ein geheimnisvoller Erkenntnisroman,
 ein spannendes Lesevergnügen mit Herz.***

Hier finden Sie:

Mehr zum Inhalt: Buchrückseite	Seite 2
Inhaltsverzeichnis	Seite 3
Leseprobe	Seite 4 – 6
Beispiel einer Beratung	Seite 7 – 10
Vorschau auf Band 2	Seite 10



mehr zum Inhalt

Die Weisheitslehre hinter der Bach-Blüten-Therapie, liebepoll eingebunden in einen Roman

Der Heilpraktiker Robin Bernstein macht sich auf, seine Freundin Ahani vor einer Zwangsheirat zu bewahren. Anders als gedacht, freundet er sich mit dem sympathischen Bräutigam an.

Der kluge und geheimnisvolle Jai macht sich ein Bild von seinem Rivalen, fasst Mut und bindet sowohl Robin als auch die eigene Familie geschickt in einen raffinierten Plan ein. Als Bach-Blüten-Coach zeigt Robin im Rahmen seiner Befreiungsaktion den Hochzeitsgästen ihre Stärken und Schwächen – Selbsterkenntnis. Manchmal scheint es, als sei bei der Entdeckung der eigenen Kraft Magie im Spiel.

Als Beobachter der Feierlichkeiten kann der Leser

- seinen eigenen Charakter ergründen
 - Ethik verstehen lernen und somit
 - zum Erhalt seiner Gesundheit und zum Wohl der Erde beitragen
 - sowie sein Bach-Blüten-Wissen schulen –
- und er wird einige Aha-Erlebnisse haben:

„Entdecke das Gute in dir.“ – „Es ist nicht alles so, wie es scheint.“



**Nach Dr. Edward Bach
führt ein Leben, das in Harmonie mit den Wünschen
der Seele geführt wird, zu Gesundheit, Glück und Erfolg.**

Kenntnisse der Bach-Blüten-Therapie sind zum Lesen nicht erforderlich.



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis

Seite	
7	1. Kapitel: Ein merkwürdiger Traum
23	2. Kapitel: Gespräche mit Jai
23	Sonntag – noch 14 Tage bis zur Hochzeit
27	Montag – noch 13 Tage bis zur Hochzeit
35	Dienstag – noch 12 Tage bis zur Hochzeit
46	~ <i>Tabelle: 38 Leitlinien zu Gesundheit und Glück</i>
48	Mittwoch – noch 11 Tage bis zur Hochzeit
51	~ <i>Beratung 1: Aufrichtigkeit (Schwester Eshita)</i>
61	Donnerstag – noch 10 Tage bis zur Hochzeit
68	~ <i>Beratung 9: Wachheit (Großmutter Garba)</i>
77	Freitag – noch 9 Tage bis zur Hochzeit
80	~ <i>Beratung 27: Flexibilität (Großvater Ramis)</i>
89	Sonnabend – noch 8 Tage bis zur Hochzeit
93	~ <i>Beratung 26: Besonnenheit (Tante Anjay)</i>
96	Sonntag – noch 7 Tage bis zur Hochzeit
105	~ <i>Beratung 2: Feinfühligkeit (Nichte Madhuri)</i>
113	Montag – noch 6 Tage bis zur Hochzeit
114	~ <i>Beratung 24: Gewissen (Großmutter Tanisha)</i>
123	Dienstag – noch 5 Tage bis zur Hochzeit
128	Mittwoch – noch 4 Tage bis zur Hochzeit
128	~ <i>Beratung 21: Lebensfreude (Junge Lifou)</i>
140	Donnerstag – noch 3 Tage bis zur Hochzeit
148	~ <i>Beratung 35: innere Ruhe (Freundin Leonie)</i>
152	Freitag – noch 2 Tage bis zur Hochzeit
154	~ <i>Beratung 12: Optimismus (Priester Varma Corbis, Teil 1)</i>
158	Sonnabend – noch 1 Tag bis zur Hochzeit
165	3. Kapitel: Der Hochzeitstag
171	~ <i>Gästeliste</i>
175	Die Rede des Bräutigams
184	~ <i>Beratung 16: Akzeptanz (Großvater Semos)</i>
192	~ <i>Beratung 28: Ausgewogenheit (Freundin Peakina)</i>
200	Das Festessen
202	~ <i>Beratung 25: Vertrauen in das Schicksal (Mutter Amrita)</i>
208	~ <i>Beratung 18: Geduld (Vater Malik)</i>
221	Nachtisch
221	~ <i>Beratung 32: gütige Autorität (Fürst Serantis)</i>
240	~ <i>Beratung 8: bedingungslose Liebe (Fürstin Maila)</i>
250	Zaubertricks
253	~ <i>Beratung 19: Selbstwertgefühl (Cousine Nermli)</i>
262	~ <i>Beratung 22: Entspannung (Berater Dasan)</i>
266	Tee und Gebäck
268	~ <i>Beratung 31: Bestimmung (Lehrerin Donadia Raj)</i>
278	~ <i>Beratung 12: Optimismus (Priester Varma Corbis, Teil 2)</i>
285	Abendessen
296	~ <i>Beratung 17: Antriebsstärke (Braut Ahani)</i>
305	~ <i>Beratung 4: Durchsetzungskraft (Bräutigam Jai)</i>
313	Eine überraschende Wendung
325	4. Kapitel: Glückliche Zukunft

Eine ausführliche Beschreibung
der noch fehlenden Wesenstypen befindet sich
im 2. Band: **Der Weisheitslehrer und sein Kompass.**



Leseprobe

Leseprobe

Der Weisheitslehrer und sein Zaubersessel

Die hochgestellten Zahlen beziehen sich auf die Nummern der Bach-Blüten.
Kenntnisse der Bach-Blüten-Therapie sind zum Lesen nicht erforderlich.

Nach dem Mittagessen begann Jai die Runde um den See schweigend und mit gesenktem Kopf. Robin begleitete ihn, wie immer. Er ließ sich von seiner Freude über Ahanis Besuch nichts anmerken und verriet Jai nichts davon.

„Was hat dir denn die Petersilie verhagelt?“, versuchte Robin, die Stimmung ein wenig zu erhellen.

„Ich habe mit meinem Vater gesprochen“, murmelte Jai leise. „Er weiß jetzt, dass ich eine andere Frau liebe. Fest hatte ich mir vorgenommen, ihm die Stirn zu bieten, nicht mehr untertänigst⁴ ergeben zu sein und ihm zu sagen: ‚Komm mir bloß nicht wieder mit deinen Macho-Sprüchen!‘, aber er hat mich mal wieder abgewürgt und niedergemacht³². Es hilft nichts, ich muss Ahani heiraten. ‚Für unser Land‘, hat er gesagt, aus staatspolitischen Gründen⁸, und: ‚Verrate nicht unsere Traditionen! Du musst lernen, wie ein Fürst zu denken! Die Pflichterfüllung hat oberste Priorität!‘ Es ginge um die Verantwortung gegenüber unserem Volk, meine Gefühle seien dabei nebensächlich. Das Wohl eines Einzelnen habe hinter dem Wohl aller zurückzustehen. ‚Gefühle behindern das Denken!‘, hat mein Vater gesagt, das müsse ich noch lernen. Mit der Frau, die ich liebe, hätte ich keine Zukunft, behaupten meine Eltern; denn sie hat doch nichts vorzuweisen. Ahanis Familie ist angesehener. Entschlossen bin ich ihnen entgegengetreten⁴ und habe gefragt: ‚Und wer entscheidet, ob ich eine Zukunft habe? Ihr?‘ Da hat mein Vater gesagt: ‚Jawohl! Sonst wirst du gehen! Dann wird dein Schwager den Betrieb übernehmen!‘ Dann bliebe mir nichts, nicht einmal später mein Erbe. Unsere Firma wird an ihrer alten Tradition¹⁶ ersticken, ich würde die Tradition zumindest mit der modernen Entwicklung verbinden. Mein Vater glaubt nicht an die Kraft der Liebe¹⁵. Er hat gesagt, nur Schwachköpfe täten das. Meine Mutter sagt, ich soll keine Schande²⁴ über die Familie bringen. Sie wirft mir sämtliche Knüppel zwischen die Beine, die sie findet, und kommt mir mit Sprüchen wie ‚Große Gefühle laufen oft der Vernunft davon‘ und ‚Liebe vergeht, doch Vernunft und Respekt haben Bestand.‘ Ich kam mir vor wie im Kindergarten und hätte vor Wut¹⁵ in die Tischkante beißen können! Meine Freundin und ich sind wie die zwei Königskinder, die nicht zusammenkommen können ...“ Nie zuvor hatte Robin seinen Begleiter so niedergeschlagen, verzweifelt und ratlos erlebt.

„In meinem Land ist es eine Straftat, wenn man jemanden so unter Druck setzt⁸ und zur Heirat zwingt³², wie deine Eltern es tun“, erklärte Robin. „Meistens sind ja Mädchen betroffen, die zwangsverheiratet werden, aber auch die Männer sind nicht immer einverstanden. Und es gibt doch auch noch die Menschenrechte!“

„Wir haben hier eine andere Kultur als ihr in Europa“, sagte Jai. „In Asien und Afrika sind arrangierte Hochzeiten noch ziemlich häufig. Früher war es auch bei euch so: Der Bauernsohn sollte eine möglichst reiche Bauerntochter heiraten, damit der Besitz vergrößert wurde. Bei uns wird die Religion herangezogen, in Wahrheit schreibt keine große Religion Zwangsehen vor. Vielmehr geht es vor allem um die Macht³² der Männer über die Frauen. Die Männer wollen ihren Einfluss nicht verlieren, sie wollen die traditionellen Machtverhältnisse festigen. Wenn Frauen in Freiheit³¹ leben wollen, einen Partner mit einem anderen Glauben lieben oder sich freizügig kleiden, dann geht das angeblich gegen die Familienehre. So manch ein Mord¹⁵ wird deshalb verübt, auch als Unfälle getarnte Morde. Viele Frauen sind auf der Flucht und fürchten um ihr Leben.“ Verstohlen wischte Jai eine Träne fort.

„Ich hab von solchen Sachen gehört“, sagte Robin leise und wagte zaghaft die Frage: „Ist das bei euch auch so, mit Mord?“

„Keine Sorge, mein Freund, mit körperlicher Gewalt¹⁵ brauchen wir in unserer Familie nicht zu rechnen. Ahani und ich wurden frei erzogen, und unsere Familie ist gebildet, die macht solch einen Blödsinn nicht ... andererseits ... schützt Bildung nicht vor Zwangsheirat, das war leider schon oft so. In unseren Familien geht es ‚nur‘ um eine arrangierte⁸ Heirat, in die wir uns fügen sollen. Im Grunde habe ich keine Wahl, sonst wird mir die Existenzgrundlage entzogen. Und Ahani würde sich nie gegen ihre Eltern stellen. Ihre große Familie würde sie verstoßen und entwurzeln, wenn sie die Tradition bricht.“

„Aber ist denn die Liebe nicht wertvoller und wichtiger als alles Gold und Geld?“, meinte Robin. „Ich würde für meine Liebe auf alles verzichten! Man weint nicht, weil der Kopf sagt, dass etwas das Richtige ist – man weint, weil das Herz das Gegenteil sagt.“

„Du hast ja recht“, seufzte Jai. „Aber das ist leicht gesagt. Arm, aber glücklich, das ist eine Sache. Ich habe keinen Beruf gelernt und würde völlig mittellos dastehen, könnte nicht mal für mich selbst sorgen.“

„Mit der Geliebten ist auch die Laubhütte ein Paradies“, zitierte Robin einen Satz, den er einmal im Fernsehen gehört hatte, und dachte still für sich: „Wie kann man nur so ein weicher Stoffel⁴ sein!“ Im nächsten Moment bereute er diesen vorschnellen³ Gedanken.

„Aber nicht in der Wirklichkeit“, sagte Jai verantwortungsbewusst. „Ich müsste mit einer ganz gewöhnlichen Lehre irgendwo anfangen, mit einem sehr niedrigen Lehrlingslohn. Das kann ich meiner Liebsten nicht zumuten. Sie ist ein einfaches Mädchen, hat keine Arbeit, und ihre Eltern haben doch auch nichts! Meine Mutter meint, bei uns trafen nun mal die Väter die Entscheidungen³². Bei einer Vernunftehe⁸ käme die Liebe mit der Zeit von allein dazu, das sei bei ihr auch so gewesen. Und es ginge vor allem um die Tradition¹⁶ unserer Familie, um das Erbe von Generationen, damit die Vergangenheit weiterlebt¹⁶. Traditionen sind ja oft etwas Gutes, doch manchmal sind sie auch Fehler, die wiederholt werden. Unser Land verändert sich, die alten Traditionen werden in Frage gestellt. Ich schätze die alten Werte, aber ich würde doch viel lieber auf mein Herz hören. Das kann ich nicht, mein Vater wirft

mich raus! Und dann stehe ich da, ohne Job und ohne Einkommen. Es hilft nichts, ich muss mich fügen⁴.“

„Du brauchst mir nichts zu erklären, mein Freund. Deine Eltern geben sich bestimmt redlich Mühe, ihrer Verantwortung gerecht zu werden“, meinte Robin. „Können wir uns nicht was einfallen lassen, damit diese Hochzeit nicht stattfindet?“ Jai schwieg, wie so oft. Aber er lächelte, und etwas Spitzbübisches blitzte in seinen Augen auf, als hätte er schon eine Idee.

„Was ist das nur immer für ein seltsames Lächeln?“, überlegte Robin. „Jai steht unter einer dicken Regenwolke, wird mit eiskaltem Wasser überschüttet und lächelt, als würde er eine warme Dusche nehmen!“

Wieder war es der kleine Hund, der die beiden auf andere Gedanken brachte. Toby war plötzlich in den See gesprungen und genoss die Abkühlung. Fröhlich paddelte er auf einen Ball zu, der auf dem Wasser schwamm, mitten zwischen den Seerosen.

„Um Himmels willen, Toby! Komm sofort da raus!“, verlangte Robin. „Wenn das die Leute von dem piekfeinen Hotel sehen! Nun komm schon! Du musst den Ball nicht vor dem Ertrinken retten!“ Zum Glück gehorchte Toby, wenn auch nicht sofort. Vom Hals bis zur Schwanzspitze mit grünen Blättern dekoriert, stieg er aus dem See.

„Ich schleich mich lieber schnell mit ihm zum Hintereingang“, meinte Robin. Auf einem Liegestuhl am Pool entdeckte er ein Handtuch, in das er seinen kleinen Liebling wickeln konnte. Dort traf er einen alten Priester in einem weißen Gewand, mit einer Kette aus Herzmuschelschalen um den Hals. Würdevoll schritt der Mann einher, seine Hände hielt er aneinandergelegt vor die Brust.

„Grüß Gott, Hochwürden“, sagte Robin zuvorkommend, wie es in seiner bayrischen Heimat üblich war. Der Geistliche sah ihn fragend an und lächelte wohlwollend.

„Stimmt was nicht? Oh, falsche Sprache, 'tschuldigung!“ Robin betrachtete das Gewand, das etwas anders aussah als bei den Pfarrern, die er kannte. „Ist mir so rausgerutscht.“

„Macht nichts“, meinte der Mann gütig. „In meiner Sprache nennt man mich ‚Hüter der Weisheit‘, aber du kannst mich ruhig Hochwürden oder Pfarrer nennen. ...“



Beispiel einer Beratung

Beispiel einer Beratung

Nr. 22: Oak

Robin war sich nicht sicher, ob er im Beratungsraum das Licht ausgeschaltet hatte. Er ging noch einmal zurück und traf auf dem Gang Dasan, den Berater³¹, Organisator³⁶ und Kammerdiener⁴ der Fürstenfamilie, der gerade eifrig etwas erledigt hatte.

„Hast du jetzt Zeit für mich?“, fragte Dasan. „Ich möchte auch gern so eine interessante Beratung.“

„Na, dann komm mit mir“, willigte Robin ein, auch wenn er sich inzwischen gern mal eine Tasse Kaffee gegönnt hätte. Dasan hatte ihm vorhin schon von seinem Problem erzählt: durchhalten um jeden Preis, arbeiten bis zum Umfallen. Das konnte nur der Charaktertyp **Nr. 22** sein. Mit festem Schritt ging Dasan neben Robin her und setzte sich voller Erwartung in den Sessel.

„Ich glaube, den Spiegel brauchen wir bei dir nicht“, meinte Robin. „Oder möchtest du mir mehr von dir erzählen?“

„Eigentlich bin ich eher gespannt, was der große Meister in mir sieht“, meinte Dasan schmunzelnd.

„Ist mir auch recht“, stimmte Robin zu. „Ich sehe einen Mann der Tat, dem nichts wichtiger ist, als seine Pflicht zu erfüllen. Oft gönnst du dir nicht einmal die Zeit für ein geruhames Essen. Viele Menschen bewundern deinen Fleiß und deine Zähigkeit; doch deine Familie nennt dich wahrscheinlich eher einen ‚Workoholic‘, der sich zu wenig Ruhe gönnt und in der Freizeit nicht abschalten kann oder sich sogar noch Arbeit mit nach Hause nimmt. Es liegt dir nicht, untätig zu sein; das ist für dich Zeitverschwendung. Für Familie und Freunde bleibt im **Durchhalte-Modus** meist wenig Zeit.“

„Ja, das stimmt“, nickte Dasan. „Mir ist es wichtig, dass der Fürst sich auf mich verlassen kann; denn ich bin die Stütze seiner Familie – und meiner eigenen Familie, auch die verlässt sich auf mich als

Ernährer. Ich stelle hohe Ansprüche an mich selbst, gönne mir kaum Pausen, beiße die Zähne zusammen, übergehe den toten Punkt, auch wenn ich noch so müde²³ und erschöpft bin, und mache tapfer weiter, obwohl mir oft alles zu viel wird und ich fix und fertig bin. Aufgeben darf ich nicht, krank sein auch nicht, obwohl mein Akku längst leer und mein Tiefpunkt überschritten ist. Krank zu sein, das erlaube ich mir sozusagen nur, wenn die Arbeit getan ist – vom Unterbewusstsein her, scheint mir; denn dann darf ich ja mal ausfallen. Selbst im Urlaub denke ich noch, dass ohne

22 Entspannung

- + Arbeit delegieren
- + rechtzeitig Pause machen
- Überforderung wegen zu starken Pflichtbewusstseins
- Workoholic, Zusammenbruch
- arbeiten bis zum Umfallen
- zu früh wieder einsatzbereit („Stehaufmännchen“)

Leitsatz:

Gönne dir Zeit.

mich alles zusammenbricht. Mehr als eine Woche Erholung am Stück gönne ich mir nicht – auch wenn das nicht reicht, um wieder fit zu werden. Wenn die Hochzeit vorbei ist, lege ich mich eine Woche in meine Hängematte!“

„Ist dir was aufgefallen?“, fragte Robin. Dasan verneinte. „Du sprichst davon, dass ohne dich alles zusammenbricht. In Wahrheit bist du es, der zusammenbricht – früher oder später! In deiner Freizeit bist du wie ein Pferd, das aus vollem Galopp zum Stehen kommt. Das hält der Körper nicht aus.“

„Verstehe ...“, sagte Dasan. „Ich habe sogar Angst vor jedem Urlaub, weil ich jedes Mal befürchte, wieder krank zu werden. Meiner Mutter ging es früher auch so. Vor einem Fest machte sie immer einen riesigen Wirbel, damit alles fein geputzt war und das Essen perfekt wurde. War das Fest dann da, legte sie sich hin und konnte nicht mehr. Mir ist durchaus klar, dass man Erholung braucht. Dass man die Arbeit mal Arbeit sein lassen muss. Die Anspannung muss weichen, und das nicht nur, wenn man schon auf dem Zahnfleisch kriecht.“

„Richtig!“, bestätigte Robin. „Sieht der Fürst denn nicht, dass du Unterstützung brauchst? Ich halte ihn für einen Mann, dem seine Leute nicht egal sind.“

„Ich verberge es vor ihm“, gestand Dasan. „Ich weiß selbst: Wenn mein Körper ständig in Alarmbereitschaft ist, schwächt der Stress mein Immunsystem. Von Erkältung bis Herzinfarkt und Krebs muss man dann mit allem rechnen. Aber was soll ich denn machen? Die Arbeit erledigt sich nicht von allein!“

„Wir sprachen ja schon von deinen Schulterproblemen und dass die Arbeit auf mehr Schultern verteilt werden muss“, erinnerte Robin den geplagten Mann. „Bestimmt hast du einen Ersatzmann eingearbeitet, der an deinen freien Tagen zur Stelle ist, in der Nacht, am Wochenende und wenn du Urlaub hast. Wäre es nicht möglich, die Arbeit nicht nur auf zwei Leute zu verteilen, sondern auf drei oder vier? Bei uns in Europa ist ein Drei-Schichten-Betrieb normal, wenn rund um die Uhr gearbeitet wird. Jeder arbeitet acht Stunden, nicht zwölf.“

„Das sind ja traumhafte Zustände!“, schwärmte Dasan, und Robin dachte daran, wie stressig und gesundheitsschädlich auch solch eine Schichtarbeit³³ sein kann.

„Die Umwelt erwartet von uns, dass wir immer 100 % geben“, fuhr Robin fort, „dass wir immer gestresst²⁶ sind, als Dauerzustand. Man selbst glaubt schließlich, dass man nur dann für wichtig gehalten wird, wenn man ständig viel zu tun hat. Bleibt man in einer akuten stressigen Situation¹¹ entspannt, statt sich aufzuregen, machen sich andere Leute Sorgen, man könne krank sein. Das Gegenteil ist richtig! Erholung ist nur möglich, wenn man sich entspannen kann. Jeder Stress, dem wir ausgesetzt sind, sollte für uns eine willkommene Übung sein, gelassen zu bleiben. Arbeit und Erholung müssen in Balance sein. Wer immer mehr gibt, als er in der Regenerationszeit zurückbekommt, dem geht früher oder später die Puste aus. Stelle dir einen Luftballon vor, der voll aufgeblasen ist. So viel, wie du arbeitest und Stress hast, so viel Luft verliert er. In deiner Freizeit wird er wieder aufgeblasen, mit Lebensenergie durch alles, was dir Freude macht. Ist die Freizeit zu kurz oder verlangt sie dir ebenfalls Energie ab, etwa durch ein anstrengendes Hobby oder beim Großeinkauf am Wochenende oder beim Sport, für den du dich eigentlich viel zu

schlapp fühlst, dann kommt nicht genug Luft in den Ballon zurück. Deinem inneren Lebensballon geht mehr und mehr die Luft aus, du fühlst dich so schlapp wie der leere Ballon.“

„Ein schönes Beispiel. Das muss ich mir merken!“, lachte Dasan. „Varma Corbis hat mir auch schon eine Predigt gehalten: ‚Du hast dem Fürsten zwar einen Teil deiner Zeit und Energie vermietet, aber du hast ihm nicht dein Leben verkauft. Jede Woche hat einen freien Tag, an dem das Vergnügen wichtig sein soll, nicht die Leistung. Die Götter schätzen dich, wenn du arbeitest, aber sie lieben dich, wenn du singst und tanzst!‘ Ich weiß, dass ich mir nicht zu viel zumuten darf. Man wird ja auch nicht jünger ...“

„Und bestimmt bist du jetzt öfter krank als früher“, vermutete Robin und sah Dasan fragend an.

„Na ja, ein bisschen“, meinte Dasan. „Die Schulter eben, auch schon mal Husten oder Verdauungsprobleme. Aber ich bin auch schnell wieder auf den Beinen, wie ein Stehaufmännchen. Ich will die Fürstenfamilie nicht im Stich lassen. Augen zu und durch – auch wenn ich dann nur noch funktioniere wie ein Roboter. Innerlich fühle ich mich manchmal wie abgestorben.“

„Du solltest mit dem Fürsten darüber sprechen, damit es nicht schlimmer wird“, empfahl Robin. „Wenn er dich so sehr schätzt, wie du denkst, dann wird er dich verstehen. Machst du weiter wie bisher, wirst du dich selbst zerstören. Dein Körper wird dir immer mehr deine Grenzen zeigen und dich zur Ruhe zwingen, damit du überleben kannst. Sieh deine Beschwerden nicht als Krankheit, sondern als Wegweiser. Das Wichtigste, was du brauchst, ist Schlaf. Beachte deine Grenzen und genieße deine Pausen. Entspanne deine Muskeln, dann entspannt sich auch dein Geist. Dann kannst du fest im Leben stehen und mit Ausdauer deine Pflicht erfüllen. Bei uns sagt man: ‚Der beste Chef hat einen leeren Schreibtisch‘, weil er die Arbeit in andere Hände verteilen kann.“

„Na, da werden die Leute sagen, ich wäre ganz schön faul!“, protestierte Dasan.

„Nicht faul, sondern wohlfühlorientiert“, zwinkerte Robin ihm zu. „Nur in der Entspannung können die Selbstheilungskräfte des Körpers wirken. Das ist ganz wichtig, merke dir das gut! Wenn der Faulenzer in dir sich zu Wort meldet, dann höre öfter mal auf ihn, weil er dir eine Pause verschaffen will. Wenn der Faulenzer in dir ein Tier wäre, welches Tier wäre er?“ Robin dachte an ein Faultier, das im Baum hängt.

„Ein Erdmännchen!“, kam es wie aus der Pistole geschossen. „Ich mag das Pflichtbewusstsein und die Standhaftigkeit dieser netten kleinen Burschen. Sie sind immer aufrecht auf dem Posten, aber sie sind auch einfach zu drollig, wenn sie im Stehen einschlafen und vor lauter Müdigkeit zur Seite kippen. Und wie ein Stehaufmännchen sind sie dann auch schnell wieder auf dem Posten. Genauso fühle ich mich oft.“

„Das ist wirklich treffend“, meinte Robin, „aber stell dir lieber vor, wie diese Tiere in der Sonne dösen, während ein Wächter auf dem Posten ist. Du kannst ein Stehaufmännchen sein wie das Erdmännchen, das unentwegt im Dienst ist. Dieses

Tier zeigt dir aber auch, dass es sinnvoll ist, sich genüsslich zu entspannen, statt ständig im Dienst zu sein: Ein Wachposten löst den anderen ab. Sorge auch du rechtzeitig für eine Ablösung. Weißt du, ich kenne diesen Charaktertyp auch von Hunden. Wenn sie alt werden, wollen manche keine Schwäche zeigen und ihre Besitzer so weit begleiten und so lange beschützen, wie es nur irgend geht. Man muss gut aufpassen, dass man sie nicht überfordert.“ Toby blinzelte unter Robins Stuhl und schloss noch einmal die Augen. Er wusste, sein Herrchen würde gut auf ihn achtgeben, und Pflichterfüllung würde nicht von ihm verlangt werden.

„Entdecke das Gute in dir!“, sagte Robin auch diesmal zum Abschluss, „und lass ein Erdmännchen in Gedanken bei dir sein.“ Er gab Dasan das Merkkärtchen Nr. 22 und nannte ihm noch den Leitsatz:

Gönne dir Zeit!
Nur in der Entspannung kann man sich regenerieren.



... und Toby ist immer dabei.

Band 2:

Der Weisheitslehrer und sein Kompass (exklusiv bei Amazon)

enthält Beschreibungen der übrigen Bach-Blüten

