

Hallo Ihr lieben Adventskalenderleser,  
 heute habe ich euch eine kleine Geschichte und ein paar Gedankenanstöße dazu  
 mitgebracht. Macht es Euch doch so richtig gemütlich z.B. mit einer schönen Tasse Tee,  
 einer Kerze, einer Kuscheldecke oder was ihr so dafür braucht.  
 Wenn Du Dir was aufschreiben möchtest, dann hol Dir doch auch gleich Zettel und Stift dazu,  
 denn heute wird es etwas nachdenklicher.  
 Na dann kann es ja los gehen:

## Der schwarze Punkt

(Eine Geschichte zum Vorlesen)



Eines Morgens kam der Lehrer in die Klasse und ließ unangekündigt einen Test schreiben. Wie  
 immer verteilte er das Arbeitsblatt mit dem Text nach unten.

Doch als die Schüler und Schülerinnen die Blätter umdrehten, waren sie überrascht.

Statt Aufgaben war nur ein schwarzer Punkt darauf zu finden...

„Schreibt einfach auf, was ihr auf dem Blatt seht!“, sagte der Lehrer und setzte  
 sich an seinen Tisch. Für einen Moment waren die Schülerinnen und Schüler unschlüssig, doch  
 dann begannen sie zu arbeiten. Je mehr sie sich mit dem schwarzen Punkt beschäftigten, umso  
 mehr fiel ihnen ein. Nach einer Weile sammelte der Lehrer die Blätter ein. Alle Schüler hatten nur  
 über den schwarzen Punkt geschrieben: Über seine Position, über seine Größe im Verhältnis zum  
 Papierformat und so weiter.

Am Ende lächelte der Lehrer und sagte: „Ich wollte euch eine Aufgabe zum  
 Nachdenken geben. Niemand hat etwas über den freien Raum um den Punkt  
 herum geschrieben – über den weißen Teil des Papiers. Jeder hat sich auf den  
 schwarzen Punkt konzentriert. Das Gleiche machen wir oft in unserem Leben.  
 Wir schauen immer nur auf die dunklen Stellen. Dabei gibt es so viel Helles und  
 genügend Freiräume, um unsere Seiten vielfältig und bunt zu gestalten.“

(Verfasser unbekannt)

Ich finde diese Geschichte so bemerkenswert, weil wir oft nur auf das starren, was nicht so gut läuft.

Oder geht es nur mir so damit?

Vielleicht ärgert Du Dich, dass Du gerade zu viele Weihnachtsplätzchen isst, der eine oder andere  
 Glühwein zu viel war oder die Bewegung zu kurz kommt. Oder oder.... Du weißt am besten, was es bei

Dir ist. Und schon drehen sich deine Gedanken um den schwarzen Punkt und du vergisst wie die  
 Schüler den weißen Rand, der sogar viel größer ist als der schwarze Punkt. Ich lade dich ein: Dir die  
 Zeit zu nehmen, mal alles auf zu schreiben, was sich schon positiv verändert hat in der letzten Zeit,  
 egal, wie groß oder klein es ist.

Vielleicht fällt dir jetzt auch gar nichts ein. Dann nimm diese Übung einfach mal mit in den Alltag. Sie  
 wird dir gut tun und neue Hoffnung geben für den schwarzen Punkt in deinem Leben.

Einer der Dir dabei helfen kann, dass Dir was positives einfällt und auch weiß, wie du mit dem  
 schwarzen Punkt umgehen kannst, wird im lebe leichter Buch im letzten Kapitel als der beste Coach  
 bezeichnet, das ist der Heilige Geist.

Vielleicht kennst du ihn noch gar nicht und hast Fragen dazu. Dann darfst du dich gerne an den Coach  
 deines Vertrauens oder auch an mich wenden und wir erklären Dir, was es mit dem besten Coach der  
 Welt auf sich hat.

Herzliche Grüße aus Backnang von Silvia Saczinowski  
 Tel 015226537979  
 silvia67@gmx.net

& dem ganzen Team von

lebe leichter®