

# Bis in den Himmel schaukeln

## Warum immer warten, bis mich andere glücklich machen!?

Ein milder Herbsttag treibt mich hinaus, einfach nur langsam dahin schlendern, die letzten Sonnenstrahlen, die bunten Blätter, die frische Luft genießen. Mein Weg führt an einem verwaisten Kinderspielplatz vorbei... sind wohl alle in der Schule oder im Kindergarten. Die Schaukel pendelt leicht im sanften Wind. **Wie lange mag es zurückliegen, das Glücksgefühl meines eigenen „bis in den Himmel Schaukeln“.** Ich gönne mir die kleine Verrücktheit und setze mich verstoßen umblickend auf das rote Kunststoffbrettchen, kurz überprüfend, ob die Ketten mich wohl tragen und tauche behutsam an.

Hey, da ist es wieder, das wohlige Bauchkribbeln, wenn die Füße den Bodenkontakt verlieren. Der Mut reicht nicht mehr ganz bis in den Himmel, aber es tut gut, echt gut. Warum nicht öfter mal was Verrücktes tun, sich was gönnen, so richtig von Herzen Glück spüren?

**Warum immer warten, bis mich andere glücklich machen?** Hat nicht jeder mit sich selbst zu tun? Empfinden wir es selbst nicht oft genug erdrückend, wenn über (Familien-) Beziehungen die unausgesprochene Erwartung steht, für das Glück der anderen verantwortlich zu sein.

### **Beginnen wir bei uns selbst!**

Es kostet gar nicht viel! Beginnen wir bei einem Lächeln, einem Danke, einem wohlgemeinten Lob. Und wir werden staunen, wie viel dieser ausgesendeten Glückssignale wieder zu uns zurückkommen. Wie kommt unser Umfeld dazu, mit griesgrämigen, nörgelnden, undankbaren, glücklosen Menschen umgeben zu sein?

### **Gönnen wir uns doch etwas!**

Etwas, das der Seele, dem Körper, dem Geist Wohltat bringt! Vergessen wir die Sorge um Gewichtsprobleme, verdrängen wir die körperlichen Gebrechen, ein schwindendes Sparkonto und freudlose Gebote. Wann wollen wir denn leben, wann glücklich sein??? Und wie viel Zeit haben wir noch?

Heute noch sage ich meinen Freunden, wie viel mir ihre wertvolle Hilfe bedeutet!

*So muss man leben! Immer die kleinen Freuden aufpicken, bis das große Glück kommt. Und wenn es nicht kommt, dann hat man wenigstens die kleinen Glücke gehabt.*

*(Theodor Fontane)*