

Schreibimpuls No. 7

Sammler & Sammlerinnen schöner Momente

Glücksmomente sammeln
Glücksmomente aufschreiben
Glücksmomente geniessen

So, wie es an manchen Orten Konfetti rieselt und rumwirbelt, soll der Impuls bei euch Momente des Wohlseins, des Glücks aufblitzen lassen. Worte und Erinnerungen der Wohltat, die das Herz erwärmen.

Fangt diese Worte und Gedanken ein und schreibt sie auf. Aufschreiben, dort, wo's grad passt - auf einen Notizzettel, eine Quittung, einen Bierdeckel (das gab's vielleicht auch noch...) oder in ein speziell ausgesuchtes *Notizheft der Glücksmomente*.

Sammelt Stichwörter und listet diese Stichwörter Tag für Tag auf, bis ihr eine Auswahl eurer schönen Momente auf Papier gebannt habt. Erfreut euch der Erinnerungen!

Und dann... wählt aus der Liste Wörter aus und schreibt einen Liebesbrief zum Titel:

Glücksmomente

*Auf wunderbare Stunden mit möglichst viel wohltuenden
Schreibmomenten!*

15. Februar 2024

Liebe Christine

Vielen Dank für deinen Impuls !

Eine schöne Idee die Glücksmomente festzuhalten! Tatsächlich sind sie ja da aber im Getriebe des Alltags gehen sie gerne unter. Tut gut sie wertzuschätzen.

Ich komme gerne mal zu dir in dein Atelier - neue Schreibhefte brauche ich gelegentlich.

Ich melde mich nochmals nach der Fasnacht.

Unterdessen liebe Grüsse aus der Innerschweiz. S.



18. Februar 2024

Liebe Christine

Gestern, am verregneten Samstag, sprudelten meine kleinen Glücksmomente aufs Papier. So erhältst Du an diesem Sonntag schon das Ergebnis.

Mit Vorfreude auf Samstag grüsse ich Dich herzlich.

H.



Glücksmomente

*Mein erstes Leporello entsteht im November
im Kreativatelier **federleicht**.*

*Ich begegne Seelenverwandten,
wir schreiben miteinander, gestalten
und inspirieren uns gegenseitig.*

Mein Leporello ist ein Geschenk an meinen Liebsten.

*Wieder Zuhause überrascht mich mein Liebster mit einem
schmackhaften Essen. Wunderbar wohltuend.*

*Am kommenden Samstag werde ich in Christine's
Workshop **UNIKAT** ein neues Leporello erschaffen.
Ein beschwingtes, frühlingshaftes Leporello?*

*Ich bin gespannt, freue mich schon darauf und werde
Glücksmomente erleben.*

Hilde

Glücksmomente

Glücksmomente sind die Wandelsterne meines Lebens.

Als Kind war ein solcher Glücksmoment für mich, wenn ich mich irgendwo verstecken und in Ruhe lesen konnte, ohne das dumme Unkraut zupfen oder gar das blöde Geschirr abtrocknen zu müssen. Glücksmomente mit einem Hauch Trotz in der Unternote.

Als junge Frau waren Glücksmomente eine Nacht mit tollem Sex, eine durchtanzte Nacht mit irren Erinnerungen oder das Ausbüxen nach Paris nach sehr, sehr viel Gin. Das waren Glücksmomente die nach Leben, Action schrien.

Mit Heirat und einem beständigen Partner änderten sich die Glücksmomente erneut. Da gab es das gemeinsames Lachen über einen erstaunlichen Augenblick. Welches Wort wird das Kind zuerst sagen, Mama oder Papa? Unser Ältester sagte lange Zeit „Mapa“ zu jedem von uns. Das erste Wort unseres jüngsten Kindes war „Traktor“, weder Mama noch Papa. Wir waren glücklich, wir haben gelacht und sind zum nächsten Augenblick gehüpft. Alles war so selbstverständlich, eine Familie und Arbeit zu haben, gesund zu sein, mitten in der Gesellschaft zu leben.

Der Aufprall war hart. Das jüngste Kind fiel ins Koma, erlitt ein Hirnödem und war danach behindert. Glücksmomente waren so weit weg wie der Mond.

Wir lernten. Viel und immerzu. Wir lernten die Aufmerksamkeit bewusst und bedingungslos auf den gegenwärtigen Moment zu richten. Wir gingen zusammen ins Yoga um die innere Unruhe zu bekämpfen. Einmal sagte die Übungsleiterin zu uns auf den Matten Liegenden, wir sollten uns jetzt ein schönes Bild vor Augen holen. Nach der Stunde habe ich meinen Partner gefragt, was er sich den vorgestellt habe, er sagte: „ein schönes, kühles Glas Bier!“ Und siehe da, sie kamen wieder, die Glücksmomente. Wir lernten weiter, denn das Schicksal hatte uns gezwungen neue Pfade zu gehen.

Es war nicht immer einfach das Bleibende vom Vorübergehenden zu unterscheiden, das Wahre und Richtige zu erkennen. Zum Beispiel die Diskussion Ja-Nein ums Corona Impfen. Um so wichtiger waren die Momente des Einklangs mit der Natur, mit den Menschen, die uns als Glücksmomente geschenkt wurden. Ein farbenprächtiger Sonnenuntergang, ein stiller Waldspa-

ziergang, Freude an einem tollen Essen oder das wunderbare Zusammen-
sein mit Freunden. Ganz bescheiden kamen die Glücksmomente zu uns zu-
rück. Sie wurden Ausdruck einer inneren Zufriedenheit und Achtsamkeit. Und
schließlich wurden die Glücksmomente für uns beide immer häufiger, wir
durften eine schöne Zeit erleben.

Selbst nachdem mein Mann, Partner, Geliebter und Freund nach fast 50-jäh-
riger Ehe verstorben ist haben mich die Glücksmomente nicht verlassen.
Aber wieder haben sie sich verändert. Verwandte und Freunde haben mich
nach diesem Verlust getragen. Nun sind die Glücksmomente Momente tiefs-
ter Dankbarkeit für die mir gewährte Hilfe, denn nichts ist selbstverständlich.
Ich bin davon überzeugt, dass die Wandelsterne meines Lebens mich auch
weiterhin begleiten und ich bin gespannt, was sie mir noch zeigen werden.

DHR



Liebe Christine
Immer noch ohne PC - deshalb meine Glücksmomente in Kurzform

Glücksmomente ein Geschenk des Lebens
Glücksmomente erkennen und geniessen
Glücksmomente sie kommen und gehen
Glücksmomente zeigen sich immer anders
Glücksmomente selbst erschaffen
Glücksmomente verzaubern den Tag

S.D.



Liebe Christine

Was, zwei Wochen sind schon um?

Also ganz schnell noch meinen kleinen Text rüber beamen, hoffend dass er noch rechtzeitig bei Dir ankommt und den Weg auf Deine Website findet.

Einen sonnigen Nachmittag und HERZlichste Grösse

E.H.

Glücksmomente sammeln

Ein früher Mittwochmorgen. Durch eine ungeschickte Bewegung meinerseits kippt die kleine Tragtasche all den herzallerliebsten Geburtstagskarten mit all den lieben Wünschen, die herz-erwärmenden Weihnachtsgrüssen, Postkarten mit Feriengrüssen, die ich im vergangenen Jahr gesammelt habe, um.

Ein schneeweisses Couvert landet direkt vor meinen Füßen auf dem Boden. Nanu, ein weisses Couvert? Was mag da wohl drin sein? Ein Brief? Eine Karte? Oder einfach gar nichts?

Ich hebe das Couvert auf und zu meiner grossen Ueberraschung befindet sich ein Gutschein einer Gärtnerei darin. Ein Geschenkgutschein, den ich zu meinem letzten Geburtstag von lieben Freunden bekommen habe. Ich habe den Gutschein damals auf die Seite gelegt mit dem Gedanken später - vielleicht in der Adventszeit - etwas wundervolles zu kaufen. Irgendwie ist er wohl etwas in Vergessenheit geraten, bis eben jetzt. Und das heute am Valentinstag! Wenn das kein Zeichen ist, denke ich schmunzelnd und bedanke mich beim Universum.

Am späteren Nachmittag fahre ich zu dieser Gärtnerei. Ich trete ein, werde augenblicklich umarmt vom Duft tausender Frühlingsblumen. Ich atme tief diesen süssen Duft von Frühlings-verheissen ein. Kann nicht anders, schliesse meine Augen wähne mich auf einer Frühlingswiese, die Frühlingssonnenstrahlen wärmend.

Als ich meine Augen wieder öffne, strahlt mich eine Verkäuferin an und meint: „Mir geht es auch so, hier kann man den Frühling inhalieren...“

Glücklich trage ich einen grossen Korb mit lauter kleinen, blauen Frühlingsblumen zum Auto. In Gedanken sage ich:

*Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land*

*Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen
Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling, ja du bist 's!
Dich hab ich vernommen!*

Glücksmomente.....

E.H. 26.02.2024

