

Was möchte ich vom Sommer?

Sommer, Sonne, Ferien!

Das ist es, was wir mit Sommer verbinden – derzeit auch noch die Fußball EM, wenn auch etwas anders als in den Jahren zuvor, durch Corona in all seinen Varianten.

Der ein oder andere Sommerflirt wird auch dieses Jahr drin sein, Abstandsregelungen hin oder her, und auch die Urlaubsreisen können wieder stattfinden, zumindest einige.

Aber was wollen wir noch vom Sommer?

Wir wollen Auftanken in dieser hellen Jahreszeit, mit ihren warmen Tagen und lauen Nächten.

Warum tut uns die Wärme so gut, den meisten von uns zumindest?

Wärme verbinden wir mit einem wohligen Gefühl, welches uns Geborgenheit und Sicherheit schenkt.

Vergleichbar mit dem alten Herdfeuer, das früher immer in der Küche - dem Mittelpunkt des Hauses und damit des Lebens – brannte.

Wärme ist Lebendigkeit. Wir spüren das Leben.

Wäre es nicht schön, in diesem Sommer etwas von der äußeren Wärme in uns aufzunehmen, damit wir auch eine innere Sonne haben, die vielleicht nicht mit dem Ende des Sommers ihren wärmenden Charakter verliert, sondern uns begleitet?

Uns Wärme und Geborgenheit schenkt, auch wenn der Sommer längst vorbei ist?

Und an der sich die Familie, die Freunde, die Nachbarn und die Kollegen wärmen können, ohne dass wir ausbrennen?

Stellen Sie sich in diesem Sommer, wenn Sie draußen sind, immer wieder einmal vor, wie die Sonnenstrahlen nicht nur Ihre Haut wärmen, sondern auch in Ihr Inneres dringen, und sich im Bereich des oberen Bauches sammeln, und so nach und nach zu einer inneren Sonne werden, die uns ihre Wärme immer dann schenkt, wenn wir sie brauchen.

Und deren Wärme wir auch anderen geben können, wenn diese sie brauchen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen schönen, wärmenden Sommer!

Individuelle Lebensberatung
und Mitarbeiter-Coaching

Individuelle Lebensberatung und Mitarbeiter-Coaching | Dr. Daniela Schwarz

Telefon: 089 – 23 05 88 50 - Adresse: Silberblattstr. 18, 81377 München

E-Mail: coaching@dr-d-schwarz.de - Web: www.dr-d-schwarz.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 10:00 - 18:00 Uhr und Sa.: 10:00 - 15:00 Uhr