



Weisheitsgeschichte: Der schwarze Fleck

Eine Lehrerin betrat den Klassenraum und verkündete: "Heute gibt es einen Überraschungstest!"

Sie teilte das Aufgabenblatt aus und zur Überraschung aller Schüler*innen gab es keine Fragen – sie sahen nur einen schwarzen Punkt in der Mitte der leeren Seite.

Die Lehrerin erklärte: "Bitte schaut euch die Vorderseite genau an und beschreibt auf der Rückseite des Blatts, was ihr seht." Eine weitere Anweisung oder Hilfestellung gab sie nicht.

Die Schüler*innen folgten der Anweisung. Nach einer Viertelstunde sammelte die Lehrerin alle Antworten ein und begann, sie laut vorzulesen. Die meisten Schüler hatten den schwarzen Punkt beschrieben - seine Position in der Mitte des Blattes, seine Position im Raum, seine Größe im Verhältnis zum Papier...

Nun lächelte die Lehrerin und sagte:

"Ich wollte euch eine Aufgabe geben, über die ihr nachdenken könnt. Fast niemand schrieb etwas über den weißen Teil des Papiers. Alle konzentrierten sich auf den schwarzen Punkt - und so ist es auch in unserem Leben.

Auch wir haben eine weiße Leinwand bekommen, um sie zu nutzen und zu genießen, jedoch konzentrieren wir uns nur auf die dunklen, störenden Flecken, die sich hin und wieder auf der Leinwand bemerkbar machen. Den Mangel an Geld, den Mangel in unseren Fähigkeiten und Eigenschaften, gesundheitliche Probleme, Streit und Ärger mit unseren Mitmenschen, das Vergleichen mit unserem Umfeld und Konkurrenzdenken.

Unser Leben ist ein wunderbares Geschenk.

Neben unseren Problemen gibt es noch so viel Raum und Möglichkeiten, so viele Ereignisse und Momente, die es wert sind, beachtet und geschätzt zu werden. Doch wir nehmen sie als selbstverständlich hin und stören uns nur, wenn diese Selbstverständlichkeit, dieses ebenmäßige Weiß, nicht mehr gewährleistet ist.

Die schwarzen Flecken sind sehr klein im Vergleich zu allem, was wir in unserem Leben haben: Liebe, Freundschaft, Lachen, Freude, Güte oder Mitgefühl, um ein paar Beispiele zu nennen.

Lass die schwarzen Flecken nicht deine Sicht trüben und den Raum bestimmen, in dem noch Leben stattfindet. Nimm die dunklen Flecken wahr, aber auch die Freiheit rundherum: Die Möglichkeit, dein Leben zu gestalten – und wenn dein Spielraum durch Krankheit, Einsamkeit oder Konflikte eingeschränkt ist, bewusst den Blick auf das Schöne, Heilsame zu lenken. Denn es ist da – wenn wir es nur sehen wollen.



Verfasser*in unbekannt

Buchtipp:

Wer sich mehr Impulse wünscht und Gruppenstunden abwechslungsreich gestalten möchte: Informationen, Praxistipps und Erfahrungen zu Andachten und Gesprächen über persönliche Themen finden Sie im Praxisbuch „Über die großen Fragen des Lebens sprechen.

Achtsamkeit und Spiritualität in der Sozialen Betreuung“ von Marie Krüerke. Es ist aufgeteilt in die Bereiche Achtsamkeit, Spiritualität und philosophische Themen und eignet sich sowohl für Einzelbetreuungen als auch Gruppenangebote mit SeniorInnen. Das Fachbuch ist erschienen im Verlag Vincentz Network.