

LOTHAR SEIWERT

Arturs Geheimnis

Wie wir Sinn sammeln statt Sachen



GU



Inhalt

| | |
|--|-----|
| Die Welt gerät aus den Fugen | 5 |
| Der große Hamster-Rat | 11 |
| Artur begegnet einem Erdgeist | 19 |
| Puh, das war knapp! | 29 |
| Unmut, Schwermut, Lebensmut | 35 |
| Wer spielt, gewinnt | 43 |
| Ein wegweisendes Gespräch | 51 |
| Klein, aber oho! | 61 |
| Die Entdeckung des Alleinseins | 71 |
| Die weise Hamsterin und die Frage nach dem Sinn | 83 |
| Energie ist ein kostbares Gut | 93 |
| Mit leichtem Gepäck durchs Leben | 99 |
| Der Schatz am grünen See | 113 |
| Welcher Hamstertyp bist du? | 121 |
| Test: Wie sinnerfüllt lebst du? | 126 |
| Lebe die Hamster-Stärken in deinem Alltag! | 136 |
| | |
| Zum Nachlesen | 140 |



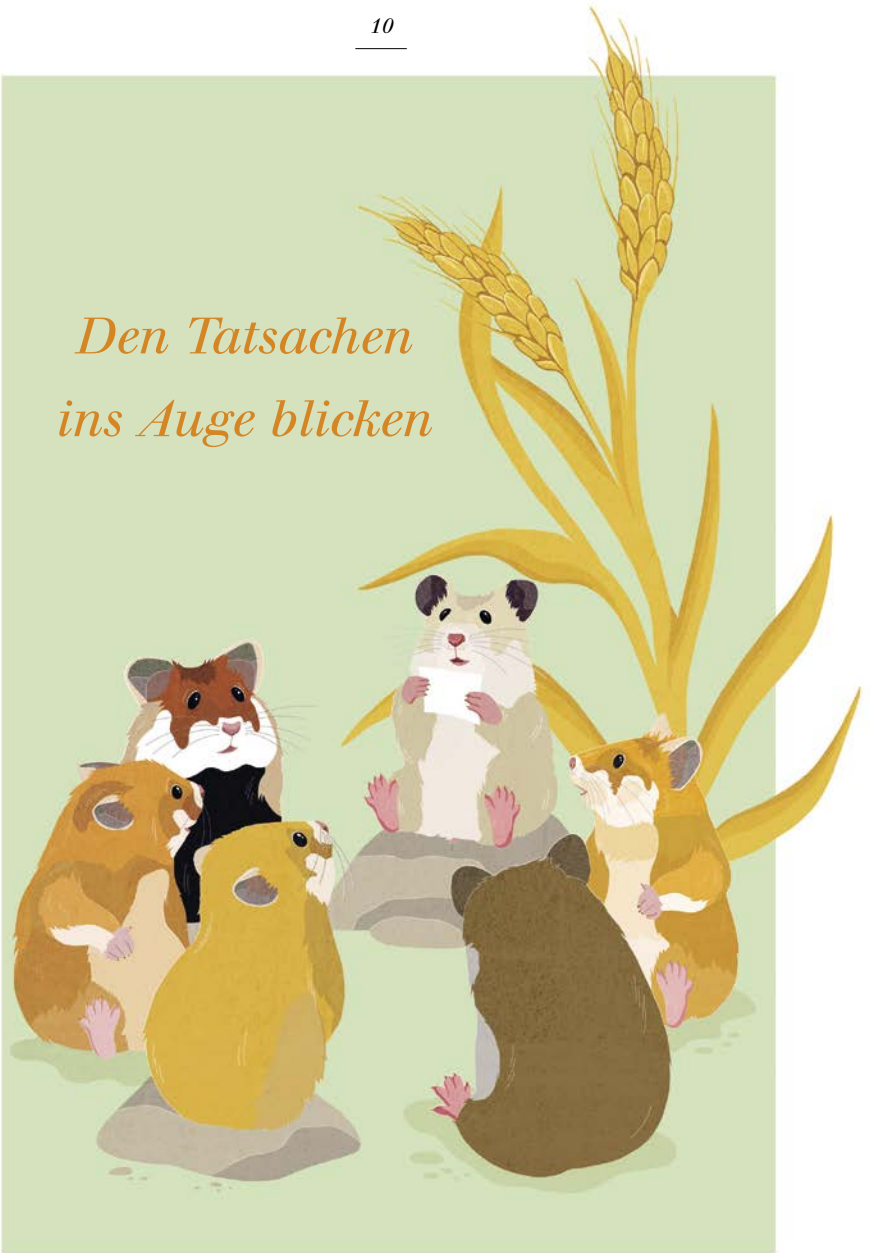
Herausforderung



Die Welt gerät aus den Fugen

Ein milder Spätsommertag neigte sich dem Ende zu, die Sonne stand schon tief. In sanften Wellen erstreckte sich das Feld bis zum Horizont, sacht wogten die Ähren in der abendlichen Brise. Aus einer kleinen Baumgruppe ertönte das kecke Tschilpen einiger Feldlerchen, ansonsten herrschte friedliche Stille. Nur am Boden herrschte emsiges Treiben. Eine kleine Hamsterkolonie war erwacht und wuselte geschäftig hin und her. Der Spätsommer war eine günstige Zeit, um Nahrung für den Winter zu sammeln, und die kleinen Nager betrieben dies mit Hingabe. Was gab es Schöneres als zu schnüffeln, zu suchen, zu wühlen und zu sammeln – kurz: zu hamstern? Maxi, eine stattliche Hamsterdame, hatte wie immer die Nase vorn. Sie besaß ein besonders gutes Gespür für Futterquellen.

*Den Tatsachen
ins Auge blicken*



Der große Hamster-Rat

Artur hockte auf seinem Schriftsteller-Stein. Fridolin lief nervös hin und her, Karl blickte mit offenkundiger Missbilligung auf die Zerstörung um sie herum, und Lisa und Maxi unterhielten sich leise miteinander. Alle warteten auf die Stammesälteste, die sich noch mal kurz ein wenig »frisch machen« wollte. »Ich bin zwar nicht mehr die Jüngste«, hatte Hella gesagt, »aber so viel Zeit muss sein.« Die etwas pummelige Lisa hatte ihr einen anerkennenden Blick zugeworfen; sie bewunderte das untrügliche Stilempfinden der älteren Dame. Es dauerte nicht lange, da tauchte Hella auch schon auf. Sie sah tatsächlich etwas munterer aus und ihr Fell glänzte im Mondlicht. Die anderen rückten näher an sie heran.

Hella räusperte sich kurz, bevor sie zu sprechen begann:

»Liebe Freunde, wir haben schon vieles miteinander durchgestanden: aggressive Raubvögel, Hitzeperioden, starke Regenfälle. Aber so etwas wie heute habe ich in meinem Leben noch nicht erlebt. Die Zeiten ändern sich, die Natur bäumt sich auf. Nun wird es ernst.«

»Das kannst du wohl laut sagen«, unterbrach sie Karl. »Unsere bisherigen Vorräte reichen nicht für den Winter, und wo sollen wir nun weitere Nahrung finden? Es ist doch alles zerstört!« Er schnaufte ein wenig. »Wir werden verhungern.« Fridolin warf ihm einen erschrockenen Blick zu. So weit hatte er noch gar nicht gedacht. Entmutigt sackte er in sich zusammen.

*Wenn wir nichts unternehmen,
sieht die Zukunft nicht gut aus.*

»Ich hätte schon genug für den Winter, aber ich stehe so kurz davor, einen Hamsterrekord aufzustellen«, maulte Maxi, »und nun wird wieder nichts daraus. Es ist einfach ungerecht!«

Hella warf ihr einen strengen Blick zu und Maxi verstummte.

»Es geht nicht um Rekorde«, fuhr Hella fort. »Karl hat recht: Wenn wir nichts unternehmen, sieht die Zukunft nicht gut für uns aus – in mehrfacher Hinsicht.«

»Aber gibt es denn überhaupt etwas, das wir tun können?«, warf Lisa zaghaft ein.

»Ich glaube schon«, erwiderte Hella, »darauf wollte ich gerade hinaus. Wir haben auf diesem Feld lange und gut gelebt. Doch es gibt noch andere Orte. Und darin liegt für uns eine große Chance.

Manchmal muss etwas Dramatisches passieren, damit wir unsere Komfortzone verlassen; ansonsten würden wir nie etwas verändern. Und ich glaube, wir stehen jetzt an genau diesem Punkt.

Deshalb lasst uns den Hagelsturm als Signal zum Aufbruch betrachten! Als Zeichen dafür, dass es noch mehr gibt im Leben als Hamstern. Ich denke da an die Legende von der weisen Hamsterin ...«

Artur merkte bei Hellas letzten Worten auf: »Der weisen Hamsterin? Von ihr habe ich noch nie gehört.«

Eindringlich bat er: »Erzähl, Hella, was hat es mit der weisen Hamsterin auf sich?«

»Nun, die weise Hamsterin ist kein normaler Hamster so wie wir. Sie existiert außerhalb der Zeit und sie kennt das Geheimnis des Lebens. Auserwählten Hamstern zeigt sie sich.

Es heißt, sie lebe an einem See inmitten der Berge, dessen Wasser von einem tiefen Smaragdgrün ist. Ein abgeschiedener Ort, zu dem nur wenige Zugang haben.«

»Das klingt paradiesisch«, seufzte Lisa, während sich Artur zur gleichen Zeit laut wunderte: »Wieso grün? Ich dachte immer, Wasser sei blau.«

»Es ist eben ein besonderer Ort«, erklärte Hella, »die Wasserfarbe hat etwas mit der Lage des Sees in den Bergen und mit

*Manchmal
muss etwas Drama-
tisches passieren,
damit wir unsere
Komfortzone
verlassen – sonst
würden wir nie
etwas ändern.*



der weisen Hamsterin zu tun. Sie hat besondere Kräfte, die sich auf ihre Umgebung auswirken.«

Alle schwiegen einen Moment und stellten sich den See in den Bergen vor. Wie still musste es dort sein, so hoch oben, unter blauem Himmel. Umgeben von saftigen Wiesen voll köstlicher Insekten. Sicherlich würde es in den Bergen auch weniger Raubvögel, Wiesel und Füchse geben – letztere konnten besonders heimtückisch sein ... Und das Revier der weisen Hamsterin war mit Sicherheit ein Reich, in dem die Sterne ganz besonders funkelten und wo der Frieden zu Hause war. »Also gut«, unterbrach Artur die andächtige Stille, »dann gehen wir doch hin zu diesem See!«

»Wenn es nur so einfach wäre«, gab Hella zurück. »Das Problem ist, dass ich nicht genau weiß, wo er liegt. Das Wissen darüber wurde von unseren Ahnen jeweils an die nächste Generation weitergegeben. Meine Urgroßmutter hat mir den See beschrieben, aber nicht gesagt, wie man zu ihm gelangt. Keiner, den ich noch gekannt habe, war jemals dort. Aber es ist ein Ort, der für uns Hamster von großer Bedeutung ist.«

»Na toll«, ärgerte sich Karl. »Erst machst du uns den Mund wässrig und dann sagst du gleich darauf, dass wir dort sowieso nicht hinkönnen.«

»Das habe ich nicht gesagt. Ich meinte nur, dass es nicht leicht wird.«

»Also was denn nun?«, grummelte Karl, der es eigentlich genoss, mal wieder etwas auszusetzen zu haben. Für ihn gab es nichts Schöneres als Streit und Diskussionen, bei denen er

dann anfang, sein Gegenüber mit ausgefeilten – und zum Teil etwas abwegigen – Argumenten zu verblüffen.

»Gehen wir noch mal einen Schritt zurück«, sagte Hella.

»Es ist wichtig, dass wir uns über unsere Situation vollkommen im Klaren sind:

Unser Lebensumfeld hat sich heute Nacht auf einen Schlag gravierend verändert. Wir müssen uns neu orientieren. Der Hagelsturm ist ein Weckruf, der uns dazu auffordert, unser Leben neu zu entdecken.«

Hella machte eine effektvolle Pause.

»Nun schaut nicht so ungläubig drein! Wir Hamster sind widerstandsfähig, neugierig und ausdauernd.«

Ihre Stimme wurde lauter, sie war in Fahrt geraten, ihre Augen blitzten energisch: »Und das ist viel Wert in einer Krisensituation wie dieser.«

Wir müssen unser Leben neu entdecken.

Während Fridolin noch immer in schreckhafter Starre verharrte, war Artur bei Hellas Worten ganz zappelig geworden. Er bemühte sich, der verehrten Stammesältesten zuzuhören, aber aufgrund seines lebhaften Naturells fiel ihm das unglaublich schwer.

Zudem hatte er das starke Gefühl, dass es eine Verbindung zwischen seiner Unzufriedenheit mit dem Leben und der weisen Hamsterin am grünen See gab.

Wieso hatte er noch nie von ihr gehört? Worin bestand ihr Geheimnis? Wusste sie vielleicht etwas, das ihm konkret weiterhelfen würde? Je mehr solcher Gedanken ihm durch den Kopf schossen, desto unruhiger wurde Artur.

Schließlich konnte er sich nicht länger beherrschen und rief dazwischen: »Ja, aber was ist denn nun mit dem grünen See?«

»Meine Vorfahren sagten, er liege irgendwo im Norden.

Davor kommt erst ein großer Wald und dann eine sumpfige Gegend – oder war es eher eine Steinwüste? Hm, ich bin mir gerade nicht sicher ...«

»Aber das ist doch schon mal ein Anhaltspunkt«, rief Artur tatendurstig. »Ich werde diesen See finden!«

Hastig schnürte er sich die Schuhe etwas fester zu und schnappte sich sein Notizbuch.

»Nein, warte«, rief Hella erschrocken, »so kannst du doch nicht losziehen!«

Aber Artur war nicht mehr aufzuhalten. Er nickte seinen fünf Freunden noch einmal zu und sauste los in die Nacht.


Selbsterforschung





Welcher Hamstertyp bist du?

Eigentlich hatte Artur es im Leben ganz gut getroffen: Er war gesund, hatte genug zu fressen und lebte friedlich zusammen mit Gleichgesinnten, von denen die fesche Lisa ein Auge auf ihn geworfen hatte. Das klingt doch alles gar nicht mal so schlecht, oder? Und dennoch war Artur manchmal zutiefst unzufrieden. In solchen Momenten fühlte er sich innerlich leer und wusste gar nicht, was das Ganze überhaupt sollte. Er hockte dann grübelnd auf einem Stein, ohne eine Lösung zu finden. Kommt dir das irgendwie bekannt vor? Hast auch du zuweilen das Gefühl, dir fehle etwas, obwohl der Kühlschrank gut gefüllt ist und du liebe Menschen um dich hast? Fühlst du dich manchmal nutzlos, obwohl du fleißig studierst, deinem Beruf nachgehst oder Kinder großziehst?



Test: Wie sinnerfüllt lebst du?

Sinn suchen statt Sachen sammeln

Dieser Test ist allein für dich bestimmt und daher solltest du ehrlich zu dir selbst sein. Nur wenn du die Fragen wahrheitsgemäß ausfüllst und dir auch offen und ehrlich eingestehst, worin du noch wachsen könntest, wird dir die Auswertung deinen Standpunkt offenbaren und auf deinem Weg zu einem größeren Hamster-Sinn von Nutzen sein.

Überlege dir bei jeder der folgenden 30 Aussagen, inwieweit sie auf dich zutrifft. Dabei gibt es 5 mögliche Antworten. Wenn deine Antwort »trifft zu« ist, so sind das 5 Punkte, die du in das Kästchen neben der Aussage eintragen kannst. Bei »trifft häufig zu« 4 Punkte, dann 3 etc. Die folgende Tabelle gibt dir eine Übersicht:

| | |
|-----------------|---------------------------|
| 5 Punkte | trifft zu |
| 4 Punkte | trifft häufig zu |
| 3 Punkte | trifft manchmal zu |
| 2 Punkte | ist meistens unzutreffend |
| 1 Punkt | ist immer unzutreffend |

Wie stark trifft nun die folgende Aussage auf dich zu?

Trage die Punkte jeweils in das Kästchen links ein:

Punktzahl **Aussage**

1) Ich erlebe Freude und Begeisterung bei dem, was ich tue.

2) Ich kenne meine Kräfte, achte stets auf mich und darauf, dass meine Kräfte wachsen.

3) Ich erkenne in jedem Moment, dass das Leben es gut mit mir meint.

4) Andere erleben mich als jemand, der sie inspiriert.

5) Ich liebe Veränderungen und begegne ihnen mit Freude und Aufmerksamkeit.

6) In jeder Situation schaffe ich es, neugierig und offen zu sein für das, was kommt.

7) Ich übe überwiegend Tätigkeiten aus, die mich auch persönlich weiterbringen.

8) In einer Krise erkenne ich immer eine Chance für mich.

9) Mir ist bewusst, dass ich jederzeit den Fokus auf das Gute legen und dankbar sein kann.

10) Ich begegne mir selbst mit Liebe und Wertschätzung.

11) Es gelingt mir, meine Konzentration auf aktuelle Gegebenheiten zu richten.

Was im Leben wirklich zählt

Soll das wirklich schon alles gewesen sein? Wo ist eigentlich der Sinn in meinem Leben? Das fragt sich wohl jeder von Zeit zu Zeit. Überraschende Antworten findet ein kleiner Hamster auf seiner Heldenreise.

Artur zweifelt immer mehr an seinem recht bequemen, aber wenig sinnerfüllten Dasein. Als er und seine Hamsterfreunde in eine Notlage geraten, wagt er sich abenteuerlustig auf unbekanntes Terrain. Ziel ist ein sagenumwobener grüner See ...

Unterwegs macht Artur eine kostbare Entdeckung: Viel wichtiger als das ewige Hamstern ist es, Stärken wie Neugier, Selbstfürsorge und Lebensmut zu kultivieren. Der aufgeweckte kleine Nager begreift, dass es im Leben darum geht, Sinn statt Sachen zu sammeln.

Lothar Seiwert, Bestsellerautor, erfolgreicher Keynote-Speaker und Management-Coach, führt uns mit dieser charmanten Tierfabel auf eine Entdeckungsreise zum eigenen Lebenssinn.

→ *Mit ausführlichem Selbsttest und hilfreichen Tipps, um sich auf das zu konzentrieren, was im Leben wirklich zählt.*

WG 481 Lebenshilfe
ISBN 978-3-8338-7122-1



9 783833 871221

www.gu.de