

Glück ist wie eine Reise

Maja und der weiße Hirsch



Ein inspirierendes Abenteuer
zu den eigenen Wünschen und Träumen

Kapitel

Vorwort für Teenager	6
Vorwort für dem Teenie-Alter Entwachsene	8
<hr/>	
Fragen über Fragen.....	11
Die Zeit fliegt vorbei	14
Was ist mit mir los?.....	18
Plumpsklo und kein Handy.....	20
Meine Hilfe zählt	23
In der Ruhe liegt die Kraft	25
Bailu	28
Lächle, und das Leben lächelt zurück	34
Willst du das wirklich?.....	37
Wenn man glaubt, es geht nicht mehr.....	42
Jede Situation hat etwas Gutes	46
Du hast immer drei Möglichkeiten	51
Der Morgen ist klüger als der Abend.....	62
Finde dein ›Warum‹.....	65
Du weißt nicht weiter? Dann lass dir helfen.....	68
Abschied und Aufbruch	74
Keine Entscheidung - das gibt es nicht.....	78
Dein Herz zeigt dir den Weg.....	87
Vergleichen zerstört dir den Moment	92
Die entfesselte Kuhherde	97
Peter, ein neuer Freund	102

Insel der Ruhe.....	106
Wenn wir essen, dann essen wir, und wenn wir gehen, dann gehen wir.....	111
Ich entscheide, welche Informationen ich an mich heranlasse	116
Wieviel Zeit verschwende ich eigentlich?.....	120
Das Spiel mit deiner Angst.....	124
Tai Chi	127
Die Informationsdiät.....	131
Naturgewalten	133
Konzentriere dich immer auf das, was du hast und was du kannst.....	140
Nichts ist so beständig wie die Veränderung.....	145
Pferde - meine Rettung.....	148
Traumbilderwand	162
Und nächstes Jahr nach Norden.....	167
Was ich lernen durfte.....	170

Vorwort für Teenager

Keine Angst, hier findest Du keine klugen Ratschläge, was Du aus Deinem Leben machen oder wie Du es angehen solltest. Dazu habe ich kein Recht. Du bist einzigartig, ebenso wie jeder andere auf unserem Planeten.

Wir Menschen haben unterschiedliche Vorstellungen und Wünsche, zum Glück verschiedene Geschmäcker und Vorlieben. Allgemeingültige und für jedermann zutreffende vorgefertigte Lösungen gibt es nicht. Nur Du lebst Dein Leben mit Deinen Träumen, Deinen täglichen Herausforderungen und Deinen ureigenen Ängsten.

Ich möchte Dich dazu inspirieren, Deinen Weg selbst zu finden, indem Du die Bilder in Deinem Herzen lesen lernst und auf Deine Träume hörst. Sie sollten die Grundlagen für all Deine Entscheidungen sein.

Das Schöne an allen Weggabelungen im Leben ist, egal, wie Du Dich auch entscheidest, es geht immer weiter. Ganz gleich, welchen Weg Du wählst, Du erhältst immer Antworten. Vielleicht sind es manchmal nicht die vorher erhofften. Geht vor Dir eine Tür zu – egal, schau Dich um. Mit Garantie öffnen sich neue Türen, vielleicht führen sie in etwas für Dich Wunderbares.

In einem kannst Du Dir aber immer sicher sein: Hinter jeder Tür wartet für Dich ein mit Leben gefüllter Raum mit vielen neuen Türen.

Eine Bitte an Dich habe ich:

Lasse Dir von niemandem vorschreiben, wer Du bist, wie Du sein solltest, oder, und das ist für mich das Schlimmste: was Du angeblich nicht kannst.

Wer darf das alles für Dich festlegen? Nur Du!

Die Welt liegt Dir zu Füßen und alle Fragen warten darauf, dass Du Deine eigenen Lösungen findest. Die eine früher, andere später, manche vielleicht auch nie.

Was soll's, das nennt man Leben.

Vorwort für dem Teenie-Alter Entwachsene

Wer von uns sucht sie nicht: die glücklichen Momente? Wer möchte nicht immer die richtigen Entscheidungen treffen? Wem fällt es nicht manchmal schwer, das Gute zu sehen?

Liebe Leserin, lieber Leser, ganz gleich, ob Sie Mutti, Vati oder ein Mensch sind, der sich gerade selbst Fragen zum Leben stellt: Haben Sie bitte dafür Verständnis, wenn das Buch nicht bis zum letzten Buchstaben perfekt ausformuliert ist oder an manchen Stellen vielleicht nicht ganz Ihren Ansichten entspricht.

In erster Linie ist es ein Herzensprojekt und soll den Leser im Herzen berühren. Es soll inspirieren und auch manchmal die Chance geben, eigene Glaubenssätze zu hinterfragen.

Diese Geschichte – man kann sie auch ein modernes Märchen nennen – erzählt ein stolzer Vati von drei wunderbaren Kindern, die gerade ihre ersten Erfahrungen mit dem Erwachsenwerden sammeln.

Jedes trägt in sich seine eigenen Träume vom Leben, seine ganz persönlichen Stärken und natürlich auch kleinere, individuelle Baustellen.

Was sie alle drei vereint, ist eine gewisse Unsicherheit vor dem, was da kommt. Jetzt, wo sie anfangen, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen und selbstbewusst auf eigenen Beinen stehen zu wollen.

Ich bin weder gelernter Autor oder Deutschlehrer, noch habe ich Psychologie studiert. Und schon gar nicht erhebe ich

den Anspruch auf die absolute Richtigkeit meiner Worte. Es sind einfach nur meine persönlichen, zu Papier gebrachten Fragen und ein paar darauf gefundene Antworten, meine Antworten. Vielleicht sehen Ihre ganz anders aus.

Worum es mir geht: Ich möchte unseren Kindern und auch uns selbst Mut schenken. Mut, sich auf das Gute und Schöne zu konzentrieren, auf das eigene Herz zu hören und dementsprechend zu entscheiden. Nur so können wir, jeder für sich selbst, glückliche Augenblicke entdecken.

Wir Eltern haben es in der Hand, auch unseren Kindern diese Fähigkeit auf ihrem eigenen Weg mitzugeben. Wie heißt es so schön? Erziehung = Liebe + Vorbild.

Wann haben Sie eigentlich das letzte Mal über Ihre Wünsche und Träume nachgedacht? Warten da vielleicht noch ein paar darauf, erfüllt zu werden?

Dann tun Sie es jetzt! Nehmen Sie sich bitte die Zeit und hören Sie auf Ihr Herz! ... Noch heute!

Ich habe es getan. Und glauben Sie mir: Wie sich mein Leben verändert, ist wie ein Zauber.

Ihnen wünsche ich von ganzem Herzen eine helle Zeit, viel Freude beim Lesen und auf Ihrem Weg, auf Ihrer ganz persönlichen Reise.

Ihr Sven

Fragen über Fragen

»In Kürze erreichen wir ›Waldbahnhof‹...«

Die automatische Ansage durch den Zuglautsprecher holt mich in den Augenblick zurück. Ich muss eingeschlummert sein. Um mich bequem anlehnen zu können, habe ich meine Jacke als Polster zwischen Kopf und Fensterscheibe geklemmt. Die anderen Plätze in dem Viererabteil sind frei, so kann ich die Beine richtig schön lang ausstrecken. Mein Blick wandert nach draußen. An mir ziehen Dörfer, Wälder und vom letzten Winter noch schneebedeckte Berge vorbei.

Vor ein paar Tagen habe ich meine letzten Prüfungen hinter mich gebracht. Ein altes Sprichwort lautet: Nicht für die Schule, für das Leben lernen wir. Nun ja, nach zehn Jahren Schule frage ich mich, ob sich dieser Spruch bis dorthin herumgesprochen hat, wo unsere Lehrpläne geschrieben werden. Wie sieht die Tangensfunktion aus? Was heißt DNA ausgesprochen? Welcher König von Polen hatte eine Liebelei mit einer Kammerzofe? Was hat der Dichter Sowieso am Anfang des 19. Jahrhunderts mit seinem Gedicht gemeint?

Klar, die Schule soll mir und allen anderen Schülern Wissen in möglichst vielen Bereichen vermitteln. Sie soll uns auf die Lehre oder ein Studium vorbereiten, um später einen ordentlichen Job zu finden, eine Familie zu gründen, Haus, Kinder. So wie kluge Köpfe in unserer Gesellschaft es sich vorstellen, unser Leben als Erwachsene. Da frage ich mich nur: Ist das

auch meine Vorstellung vom Leben? Will ich dieses von anderen vorgezeichnete Leben?

Auf der einen Seite bin ich neugierig auf das, was vor mir liegt und freue mich darauf, endlich selbst zu entscheiden, welche Wege ich einschlage. Gleichzeitig verspüre ich aber auch Angst. Bisher wurde mir an Kreuzungen immer gesagt, wohin ich gehen soll. Nun werde ich viel allein entscheiden müssen. Es gibt so viele unbekannte Straßen und noch viel mehr kleine Gassen, die es zu erkunden gilt. Sind es nicht genau diese, in denen es meist die coolsten Geschäfte gibt und wo man viel mehr erlebt, als auf den von Verkehrslärm und Menschenmassen übervölkerten Hauptstraßen?

Und die Sackgassen...

Manche sind schon am Anfang mit einem entsprechenden Schild gekennzeichnet. Bei anderen merkt man erst nach einer Weile, dass es nicht weitergeht. Was geschieht, wenn ich an den Kreuzungen in meinem Leben die falsche Entscheidung treffe und in genau solch eine Sackgasse gerate? Kann es mir passieren, dass ich mein Glück verpasse?

Ich wünschte, es gäbe schnelle Antworten auf meine Fragen. Gleichzeitig geht es mir aber durch den Kopf: Will ich überhaupt für alles, was da kommt, schon im Voraus die richtigen Lösungen wissen? Ich bin hin- und hergerissen.

Ist es nicht das Besondere, meine Fragen erst zu beantworten, während ich all das Neue erlebe?

Fragen über Fragen, die nach zehn Schuljahren unbeantwortet bleiben. Es gab viele Themen, die mit meiner Zukunft zu tun hatten und in der Schule hätten angesprochen werden müssen.

Dinge, die mich und meine Freunde wirklich interessieren, haben wir nur bei der netten Frau Förster in Kunst besprochen. In fast allen anderen Unterrichtsstunden ging es nur darum, den Lehrplan abzuarbeiten.

Aber was soll's. Ich wische meine Fragen weg. Alle Prüfungen sind erfolgreich bestanden. Ich kann lesen, schreiben und ein bisschen rechnen. Und das Wichtigste, egal, ob mit oder ohne Schule: Ich kann denken.

Die Zeit fliegt vorbei

Nun sitze ich im Zug und fahre für zwei Wochen zu meinen Großeltern. Bevor ich eingeschlafen bin, habe ich mich an unsere letzten Urlaube erinnert:

Vor zwei Jahren waren meine Familie und ich an der Ostsee. Meine beiden Brüder waren natürlich auch mit von der Partie. Sie sind zwei und sechs Jahre älter als ich. Wir verlebten eine geniale Zeit am wunderbar breiten Sandstrand direkt neben dem Volleyballfeld. Baden, chillen, Beachvolleyball – den ganzen Tag hatte jemand Zeit für mich.

Voriges Jahr in den Sommerferien war es jedoch anders. Zum ersten Mal fuhr ich allein mit meinen Eltern in den Urlaub. Es war ruhiger, viel ruhiger. Meine Brüder fehlten mir. Zugegeben, sie sorgen stets für Lärm und Chaos in meinem Leben und nerven mich auch oft. Dank ihnen habe ich mich aber auch noch nie wirklich alleine gefühlt. Einer meiner Brüder ist wie ein Zwilling für mich, denn wir sind fast gleich alt. Wir haben bisher alles zusammen erlebt und alles geteilt. Wenn einer von Mama oder Papa ausgeschimpft wird oder in der Schule etwas nicht so gut läuft, nehmen wir uns in den Arm und sind füreinander da.

Und mein großer Bruder, er ist sowieso manchmal etwas schräg drauf. Vor einer Weile hat er sich vorgenommen, jeden Monat etwas Verrücktes zu tun. So weckte er mich an meinem letzten Geburtstag mitten in der Nacht:

»Los komm, wir fahren baden!«

Völlig verschlafen bin ich ins Auto gestiegen. Zu meiner Überraschung saß meine beste Freundin schon darin. Natürlich haben die zwei mir nicht verraten, wohin die Fahrt geht. Wir fuhren und fuhren. Es wurde langsam hell, und ich kannte noch immer nicht das Ziel. Und dann standen wir nach fünf Stunden Fahrt am Ufer des Bodensees.

Wir frühstückten direkt am Wasser. Ein wunderbarer Morgen, strahlend blauer Himmel, vor uns der See und die Berge im Hintergrund. Es war ein zauberhafter Anblick. Tretboot fahren, sonnen, baden, einfach ein genialer Tag. Und abends saßen wir wieder an unserem großen Küchentisch zu Hause und feierten mit meinen Gästen. Das war schon ein bisschen verrückt. So ist mein großer Bruder eben.

Letzten Sommer fuhr ich dann also ohne meine beiden Brüder mit meinen Eltern ans Mittelmeer. Na gut, nicht so richtig allein, denn Mutti und Vati waren ja da. Trotzdem war es eine merkwürdige Zeit. Ich machte gerade meinen ersten Liebeskummer durch, und mir fehlte meine Freundin zum Erzählen und Trösten.

Es herrschte traumhaftes Sommerwetter, und das Wasser war herrlich türkisblau und warm. Aber so richtig anfreunden konnte ich mich trotzdem nicht mit dem Urlaubsort. Am Strand hatte ich keinen Handyempfang, also keine mobilen Daten und damit keine Verbindung zu meiner Freundin. Außerdem gab es nur Steinstrände, also war da auch nichts mit Volleyball. Mutti und Vati entspannten sich, lasen oder schnorchelten. Und ich? Am wohlsten fühlte ich mich in der Ferienwohnung, denn dort hatte mir der nette Vermieter

gleich bei unserer Ankunft als Allererstes das WLAN-Passwort gegeben. Somit stand ich immer in Kontakt mit meiner Freundin zu Hause oder konnte meine Lieblingsserien schauen.

Meine Eltern gingen häufig alleine ans Meer, denn verständlicherweise wollten sie wegen mir nicht die ganzen Tage in der Ferienwohnung bleiben.

Schon vor dem Urlaub hatte Vati versucht, mir beim Umgang mit der vielen freien Zeit zu helfen:

»Pack‘ dir schöne Bücher ein und lade Musik oder Hörbücher herunter. Sieh es doch mal so: Du hast endlich einmal richtig Ruhe. Nimm dir einfach Zeit für dich und deine Träume.«

Ich dachte so bei mir: »Er will mich nur trösten, dass es nicht so schlimm wird, wie ich befürchte. Netter Versuch, Papa!«

Als ich dann aber an einem Tag ganz für mich in der Ferienwohnung war und auf meinem Bett saß, tat ich plötzlich genau das: Ich nahm mir die Zeit. Komisch, woher wusste Papa das vorher? Ich fing an nachzudenken. Was ist in der letzten Zeit alles so passiert? Jungs waren plötzlich interessant, Freunde, Partys. Meine Tiere und, ich musste zugeben, leider auch meine Familie standen plötzlich hinten an. Außerdem war so einiges schiefgegangen. Woran lag das?

Manchmal hatte ich das Gefühl, dass die Zeit nur so an mir vorbeiflog. Zu Hause war von früh bis spät viel los: Schule, Freunde, Reitverein, Fernsehen, mal von den vielen Social-Media-Stunden ganz zu schweigen. Jede Minute wartete ich auf eine neue Nachricht. Ich lebte ständig mit einer gewissen Angst, etwas zu verpassen oder nicht mehr zu den Gruppen zu gehören. Daher bestand meine größte Befürchtung darin, nicht online sein zu können.

Eigentlich hatte ich zu Hause gar keine Zeit, darüber nachzudenken, warum ein paar Dinge schiefgelaufen waren. Vielleicht lag es ja genau daran, dass ich mit allen möglichen Sachen nur oberflächlich beschäftigt war? Ging es im Leben denn nur darum, die Tage auszufüllen?

Was ist mit mir los?

Ich saß also in unserer Ferienwohnung auf meinem Bett und fragte mich: »Was mache ich zu Hause den ganzen Tag über, und warum tue ich es?«

Ich ging die Schultage in der Zeit vor den Prüfungen durch und erschrak. Am meisten beschäftigte ich mich mit Dingen, die mir die Lehrer, irgendwelche Plattformen oder Freunde vorgaben. Die wenigste Zeit dagegen nutzte ich wirklich für mich. Wann dachte ich mal über meine Wünsche und Träume nach? Oder darüber, wie ich sie erreichen könnte? Hatte ich das überhaupt schon einmal bewusst getan?

Ab diesem Moment in dem Urlaub am Meer begann ich, darüber nachzugrübeln, was ich mir wünschte. Und es war schon merkwürdig, die Antwort überforderte mich zunächst. Mir fielen zuerst nur Klamotten und ein neues Handy ein. Das war mir aber zu flach. So kreisten während des restlichen Urlaubs meine Gedanken um meine Fragen, meine Träume, meine Wünsche. Ich war unzufrieden mit mir und dem Ergebnis, denn was mir fehlte, waren die Antworten.

Was war mit mir los? Ging es den anderen in meinem Alter auch so? Viele in unserer Schule schienen immer so selbstsicher zu sein und wussten angeblich genau, was sie wollten. Ich dagegen war total verunsichert.

Mutti und Vati ging es da offenbar viel besser. Die hatten ihre Fragen schon lange für sich beantwortet und genossen

entspannt ihren Urlaub. Wenn meine Eltern oder Großeltern erzählten, klang es, als wäre in ihrer Jugend alles klarer und überschaubarer gewesen. Warum war das heute anders? Mir schien, sie würden mich gar nicht verstehen, weil bei ihnen früher alles einfacher war.

Als ich aber weiter darüber nachdachte, wurde ich unsicher. Vielleicht hatten sie auch völlig andere Fragen im Kopf, vielleicht fehlten auch ihnen manchmal die Antworten? Vielleicht würde es das ganze Leben so weitergehen: Immer wieder entstehen neue Fragen, auf die wir neue Antworten finden müssen. Würden meine Kinder, wenn sie so alt sind wie ich jetzt, über ähnlichen Gedanken grübeln?

Der Urlaub mit meinen Eltern verging, ohne dass ich die für mich richtigen Antworten gefunden hatte. Wir fahren zurück und die vielen Fragen gerieten durch den Alltag wieder ins Hintertreffen. Schule, Freunde, Social Media, das volle Programm hatte mich wieder im Griff.

Plumpsklo und kein Handy

Als es um die Planung der Sommerferien für dieses Jahr ging, hatten wir alle aus dem letzten Urlaub gelernt. Meine Eltern wollten zuerst ans Meer und auf dem Rückweg noch eine Woche in die Berge zum Wandern. Allein mitzufahren kam nicht mehr für mich infrage und wandern gehört auch nicht gerade zu meinen Lieblingsdisziplinen.

Da zu Hause neue Fenster eingesetzt wurden, konnte ich auch nicht daheimbleiben. Wir beschlossen also, dass ich stattdessen die Zeit bei meinen Großeltern in den Bergen verbringen würde. Oma hatte vor Kurzem eine Operation und war noch nicht wieder richtig fit. Daher konnte Opa meine Unterstützung gut gebrauchen.

Ehrlich gesagt hielt sich meine Lust auf den Urlaub bei Oma und Opa in Grenzen. Nicht, dass ich nicht gern bei meinen Großeltern bin, im Gegenteil. Sie sind immer total lieb zu mir und erfüllen mir jeden Wunsch. Ich liebe die beiden. Oma kocht mir oft mein Lieblingsessen und als Nachtisch gibt es eine große Schüssel Schokoladenpudding mit Vanillesoße. Die zwei haben viel erlebt und erzählen wunderbare Geschichten.

Wovor es mir viel mehr graut und was für mich die reinste Horrorvorstellung ist: Kein Handyempfang! Indem meine Freundin und ich täglich mehrmals chatten, nehme ich schließlich an ihrem Leben teil und sie an meinem. Wir helfen uns damit in schweren Stunden und lachen gemeinsam über