

Für Dich.



Nicole Samira Staub



*Ein Sonnenstrahl im Gesicht -
der rauschende Bach.*

*Ich bin ganz eins -
es ist ein Gedicht.*



Alles ist - Liebe.

Liebe ist - alles.



*Glück
ist eine Frage
der Perspektive.*



*Wenn Du nichts
(mehr) erwartest,
bekommst Du
alles geschenkt.*



*Der Blick auf eine
glitzernde
Wasseroberfläche
ist
immer (auch)
ein Blick
in die Unendlichkeit.*



*Ich glaube, es gibt Menschen,
deren Aufgabe es ist,
anderen die Augen zu öffnen:
für die Schönheit der Welt,
für die Liebe, für die vielen kleinen
und großen Schätze des (täglichen) Lebens.*

*Lichtbringer habe ich diese Menschen
einmal genannt.*

Lichtbringer. Ja, das möchte ich sein.



*Manchmal möchten wir
einen bewegenden Moment
für immer festhalten,
doch er vergeht. Unwiderruflich.*

*Wir können ihn aber
in unserer Erinnerung -
in unserem Herzen -
bewahren.*

*Dort wird er für immer
lebendig bleiben.*



*Leben
ist
Veränderung.*



Gedanken.

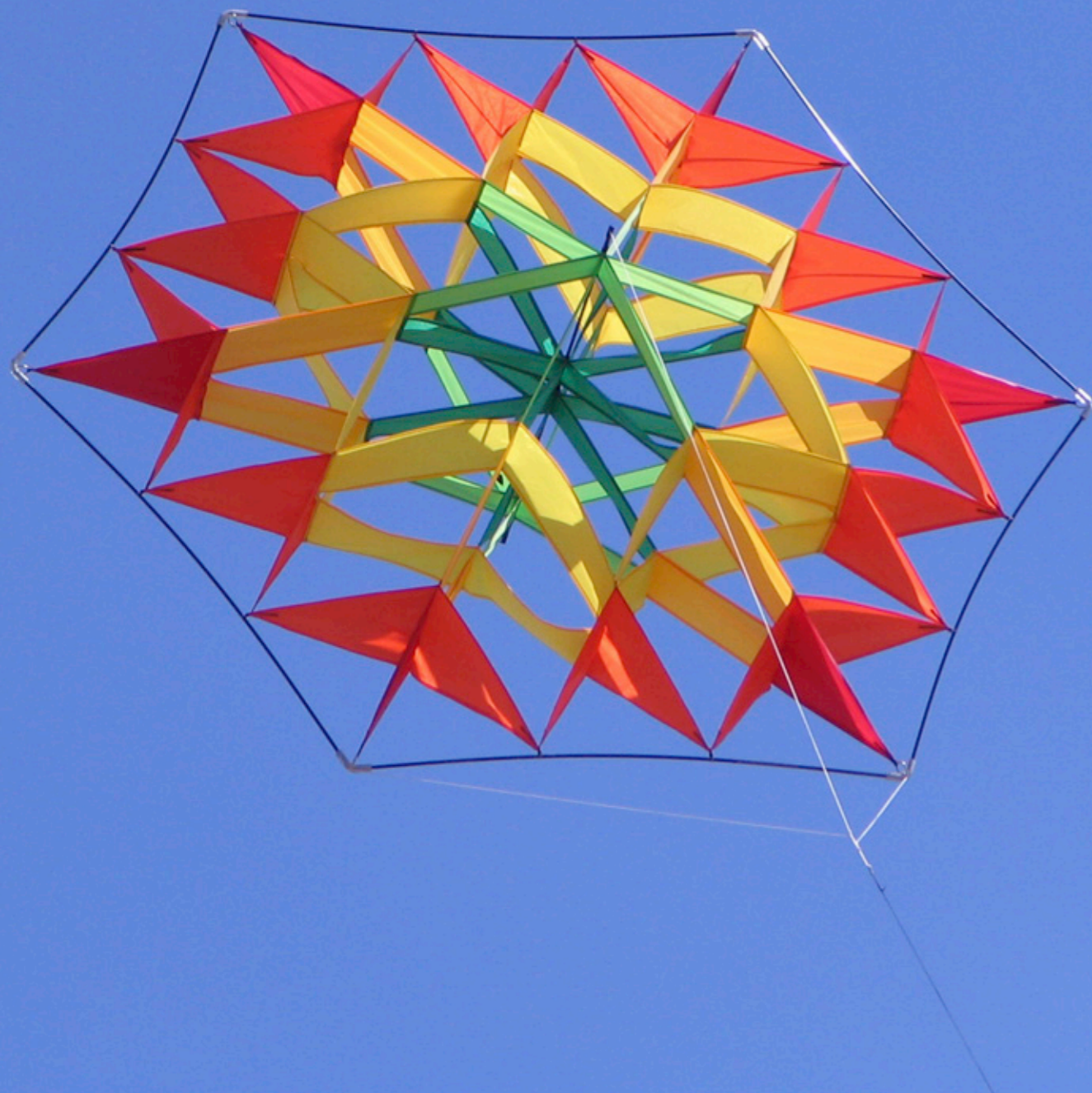
*Gedanken kreisen in meinem Kopf -
nicht immer angenehm.*

Aber ich lerne

sie zu lenken -

und ihnen nicht zu viel

Beachtung zu schenken.



*Genieß das Leben in
all seinen Facetten!
Jeder Moment
ist so bunt
wie Du ihn machst.*



*Ganz in seinem Tun aufzugehen,
ganz im Augenblick
zu sein,
ist ein
unbeschreibliches Gefühl.*



*Jeder Tag -
jeder Moment -
bietet die Chance,
neues zu lernen
und zu entdecken.*



*Auch wenn die Sonne sich
hinter den Wolken
versteckt,
so kann doch ein Lächeln,
eine liebevolle Geste oder
ein wohltuendes Wort
wie ein Sonnenstrahl sein
und Wärme und Licht
in unser Leben bringen.*



Ohne die Dunkelheit des Himmels, ohne die Schwärze der Nacht, würden wir die Sterne und das Mondlicht nicht sehen können.

Und doch konzentrieren wir uns beim Betrachten des Sternenhimmels ganz selbstverständlich auf das Funkeln der Sterne. Nie würde es uns doch in den Sinn kommen, nur die dunklen Zwischenräume anzuschauen und uns zu fragen: Wo ist das Licht geblieben?

Genauso können wir auch unser Leben betrachten: wir können unseren Blick auf die Dunkelheit oder auf das Licht lenken - die Entscheidung liegt bei uns.



Wie oft übersehen oder vergessen wir, wie gesegnet wir sind:

*Wenn wir uns allein fühlen, schickt uns eine liebe Freundin,
von der wir schon eine Weile nichts mehr gehört haben,
einen liebevollen Gruß.*

*Oder wir stecken in einem Thema fest und haben plötzlich die
zündende Idee, wie es weitergeht.*

*Oder wir haben einen Traum, der sich bisher nicht verwirklichen
ließ, und plötzlich kommt - oft von ganz unerwarteter Seite -
Hilfe und wir können unseren Traum endlich wahr werden lassen.*

*Wir dürfen darauf vertrauen, dass wir die nötige Hilfe zum
richtigen Zeitpunkt erhalten. Wir dürfen darauf vertrauen,
dass wir immer genau das erhalten, was wir gerade am nötigsten
brauchen.*

Auch wenn wir das vielleicht nicht so sehen (können).



Das Bauen eines Steinmännchens ist – für mich – eine greifbare Lebenserfahrung: aus den Steinen am Ufer eines Flusses oder am Meer den jeweils passenden aussuchen und diesen ganz vorsichtig auf das immer etwas wackelige Türmchen legen. Dann dieser bange Moment: bleibt der Turm stehen – oder stürzen die Steine ins Wasser? Schonungslos offenbaren sich hier sofort meine Entscheidungen: die unpassenden Steine, die zum Scheitern und Zusammenstürzen führen – und die richtigen Entscheidungen, die sich nach dem sorgfältigen Ausbalancieren der Steine zeigen.

Mit der Zeit wird es immer einfacher, schon vorher zu erkennen, welche Steine sich eignen und welche nicht. Wie schön!



Wie oft denken wir, dass wir an einer Situation nichts ändern können und ärgern uns womöglich darüber.

Manchmal übersehen wir aber vielleicht auch die Möglichkeiten, die wir haben, um etwas zu ändern – oft sind diese nämlich weit vielfältiger, als wir im ersten Moment denken.

Und wenn wir wirklich – im Außen – gar nichts an der Situation ändern können, so bleibt uns doch wenigstens dies: unsere Einstellung dazu zu ändern.

Vielleicht ist das nämlich genau der Sinn der Situation? Erstaunlicherweise verändert sich dann manchmal auch die Situation, mit der wir gehadert haben, ganz ohne unser „Zutun“.

Ist das nicht wundervoll?



*Auch
dunkle Wolken
ziehen
vorüber.*



*Freiheit bedeutet für jeden
etwas Anderes.*

*Wann fühlst Du Dich
wirklich und wahrhaftig
frei?*



*Wann immer Du lächelst,
sieht die Welt
gleich viel schöner aus!*



Einfach so richtig loslachen!

Über eine humorvolle Bemerkung – über die Katze, die vergnügt herumspringt – vor Freude darüber, genau zur gleichen Zeit den gleichen komischen Gedanken gedacht zu haben wie ein geliebter Mensch – oder einfach weil wir uns gerade etwas Lustiges vorgestellt haben.

Erst wenn ich wieder einmal herzlich lache, wird mir bewusst, wie befreiend das ist und wieviel leichter sich dadurch plötzlich alles anfühlt! Und ich freue mich, dass ich es überhaupt noch kann, dass das Lachen noch in mir ist und ich einfach nur den Mut brauche, es ganz frei und unbeschwert aus mir heraus sprudeln zu lassen – und so vielleicht auch andere dazu anzuregen, wieder einmal so richtig herzlich zu lachen!



*Wenn ich Katzen beobachte,
dann finde ich es immer wieder faszinierend,
wie sie sich entspannen können.
Hinlegen, sich die Sonne auf das Fell
scheinen lassen und einfach nichts tun.
Wann gestehen wir uns das zu?*



*Katzen folgen ihrem Kopf.
Sie erfüllen keine Erwartungen. Und doch
werden sie von uns geliebt und umsorgt,
ja sogar für ihren eigenen Willen bewundert.*

*Wie wäre es, wenn wir
- wenigstens ab und zu -
den Mut aufbringen würden,
ein bisschen (mehr) wie sie zu sein?*



*Einfach einen Moment innehalten und
eine Kerze anzünden:*

für sich selbst,

für einen lieben Menschen,

für ein besonderes Anliegen -

oder einfach so.

Und schon ist die Welt wieder

ein bisschen

heller geworden!



*Vertrauen zu können
ist
ein großes Geschenk.*



*Wenn etwas stirbt,
sind wir oft traurig.
Aber sterben kann auch
die Chance für neues Wachstum,
neues Leben sein.*



In warmen Rottönen verabschiedet sich der Tag.

Die Sonne versinkt im Meer.

Auch wir können den vergangenen Tag sinken

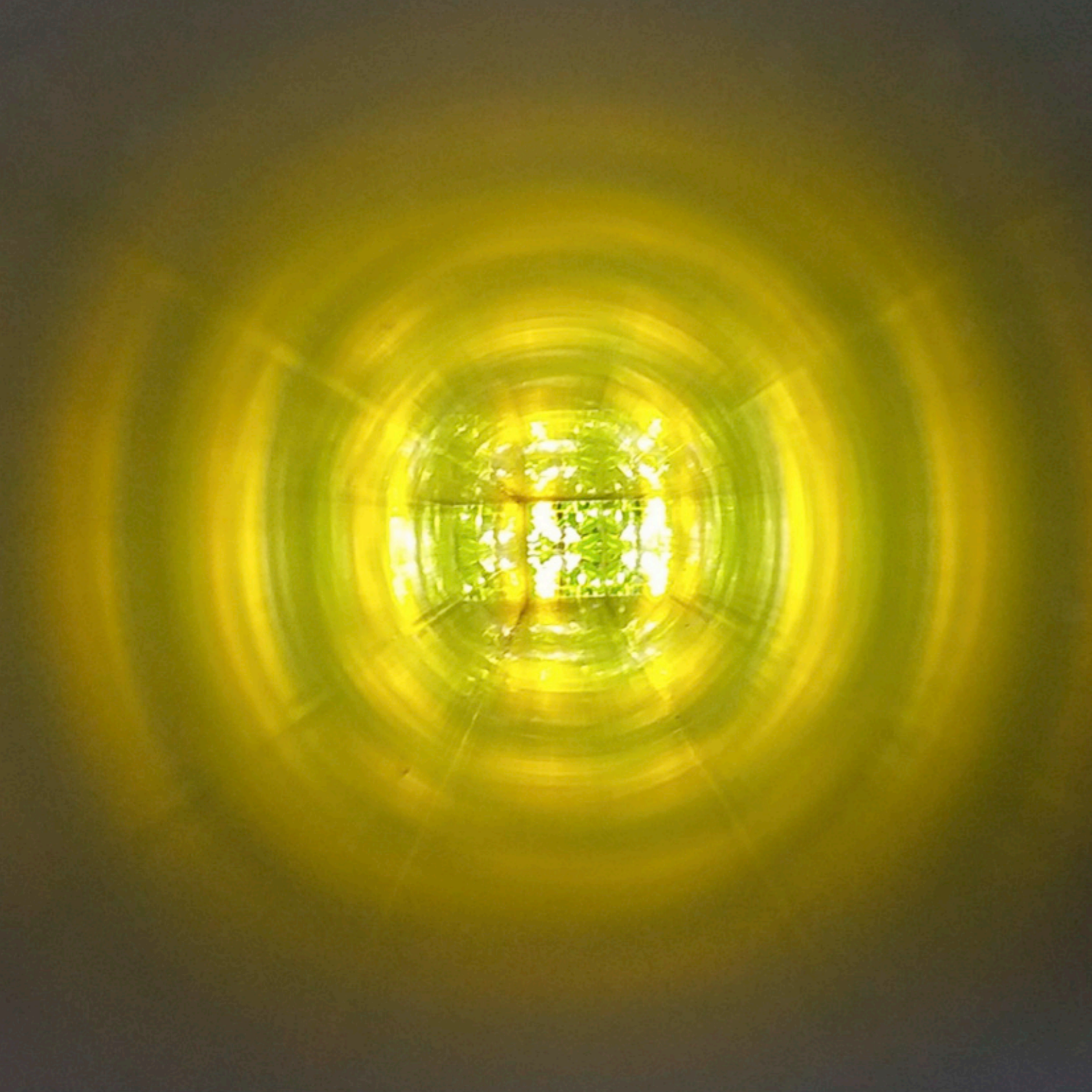
lassen - und dürfen uns für das neue

Morgen ausruhen.



*Manchmal ist es nötig, den ersten Schritt
zu gehen, ohne das Ziel schon genau zu
kennen und meist auch ohne zu wissen,
was uns alles auf dem Weg erwartet.*

Aber nur so kommen wir voran.



*Die Motive
der Menschen
sind
unergründlich.*



*Es gibt noch so viel mehr
als wir gerade
sehen können.*

Über die Autorin

Nicole (Nicoletta) Samira Staub ist Schriftstellerin, Texterin und Bloggerin. Sie hat schon immer gern geschrieben und erfüllt sich mit diesem Buch einen Traum: es ist ihre erste gedruckte Buch-Veröffentlichung.

Mehr über die Autorin

www.nicolettasamira.de (Blog)
www.worte-die-verzaubern.de (Texterei)

Bildnachweis

Nicole Samira Staub/Jürgen Reiner Häßler

Buchbestellungen

Mail an nicole.staub@gmx.de

Auflage

August 2024

*Ein besonderes Buch für
besondere Menschen:
Bilder, die zum Träumen
einladen und Worte, die
verzaubern und (auch) zum
Nachdenken anregen dürfen.
Zeit - für Dich.*