



Irgendetwas ist ja immer ...

- Der lästige Zeitdruck, ein konsequenter Klaus und ein offenes Resümee

Vor 58 Minuten - 21:10 Uhr

Viele Zeitfenster habe ich nicht mehr, um rechtzeitig und vor allem ohne Zeitdruck die Weihnachtsgeschenke einzupacken. Lust darauf, nun endlich anzufangen, bekomme ich von dem Gedankengang nicht. Im Gegenteil, in meinem Gehirn breitet sich nur eine leichte Nervosität aus.

Zur hilfreichen Ablenkung, also raus aus der durch Sorge ausgelösten Nervosität, beschäftige ich mein Gehirn mit Routinetätigkeiten, die mir leicht von der Hand gehen, jedoch meine volle Aufmerksamkeit erfordern. Ich räume etwas auf und sauge die Wohnung. Da ich danach noch immer ein wenig Unruhe verspüre, jongliere ich für wenige Minuten.

Obwohl ich das Jonglieren nun schon seit vielen Jahren erfolgreich nutze, die bemerkenswerte Wirkung kenne und auch weiß, wieso es wirkt, bin ich erneut positiv verblüfft. Die Lust aufs Einpacken ist geweckt. Als ich mir dann auch noch die funkelnd-freudigen Augen der Beschenkten vorstelle, gibt es kein Halten mehr.

Vor 35 Minuten

Auf meinem Küchentisch habe ich einen kleinen Turm aus unterschiedlich großen Kartons aufgebaut. Vorne die für die ganz kleinen Geschenke, dahinter die für die drei großen. Die vier Geschenkpapierrollen liegen auf der Waschmaschine. Eine große Schere direkt daneben.

Besinnliche Musik aus dem CD-Player entschleunigt und entspannt mich. Der flackernde Schein von zwei Kerzenstumpfen lässt eine wohlige Stimmung in mir aufkommen. Hierbei fallen mir oft kreative Ideen für die schon eingepackten Geschenke ein. Das eine und andere kleine dekorative Highlight wird dann noch auf dem Geschenkpapier platziert.

Mit jedem liebevoll eingepackten Paket werden die vielen Handgriffe immer sicherer und zügiger. Geschenk um Geschenk, mehr oder weniger bunt, mal mit und mal ohne Schleife, verwöhnt meine Augen. In der Folge schweifen meine Gedanken zunehmend ab. Mein Gehirn wiegt sich in trügerischer Sicherheit. Es glaubt, dass alles bestens läuft.

Vor drei Sekunden

Der letzte der drei großen Kartons ist gerade eingewickelt. Mit den Fingern der linken Hand halte ich seitlich eine Falte des weihnachtlich-

bunten Geschenkpapiers fest. Mit der rechten Hand bugsiere ich sorgsam-
langsam einen fünf Zentimeter langen Tesastreifen in Richtung der ersten
Faltstelle.

In diesem Moment geht alles blitzschnell.
Es klingelt.

Ich erschrecke.

Jetzt

Mein Gehirn lässt mir den Schreck in die Glieder fahren.
Ausgerechnet meine rechte Hand zuckt kurz.
Das Ende des Klebestreifens bleibt fatalerweise weitab von der
vorgesehenen Stelle auf dem Geschenkpapier kleben.

Zeitlupe

In weniger als einer Fünftelsekunde wird das Wahrgenommene über
meinen Sehnerv und dann parallel durch sämtliche Erfahrungs-
datenbanken meines Gehirns gejagt. Der an falscher Stelle klebende
Tesastreifen wird innerhalb dieser 200 Millisekunden mit ähnlichen
Ereignissen verglichen, dann analysiert und bewertet. [Einschub: Ihr
Gehirn macht aktuell das Gleiche - Halbsatz für Halbsatz. Nur aus diesem
Grund kann Ihr Gehirn meinem Text einen Sinn geben 😊.]
Stresshormone durchfluten meinen Körper. Die Muskeln spannen sich
schlagartig an, der Blutdruck steigt, der Herzschlag ebenfalls.
Ca. eine halbe Sekunde ist vergangen.
Das Geschehen kann ich in dieser knappen Zeit nur als Gefühl
wahrnehmen - in diesem Fall als Verärgerung. Erst nach ein bis drei
Sekunden bin ich mir bewusst und könnte es in Worte fassen:
Ich bin erschrocken und zeitgleich verärgert.

Zwei Sekunden später

In rascher Abfolge wird mir bewusst, dass

- ❖ der Klebestreifen beim Abreißen auf dem Geschenkpapier ein hässliches
Weiß hinterlassen würde.
- ❖ ich zur Tür gehen muss, um zu schauen, wer mitten in der Nacht ...
- ❖ das restliche Geschenkpapier möglicherweise für den großen Karton
nicht mehr ausreicht.
- ❖ eine Entscheidung sofort gefällt werden muss:
Entweder erst den Klebestreifen vorsichtig abziehen oder erst zur Tür
gehen.

- ❖ erst zur Tür gehen die Entscheidung erfordert, wie ich den freien Klebestreifen so fixiere, dass er nicht in ganzer Länge auf dem Geschenkpapier landet.
Doch dieser Gedankengang beinhaltet die Lösung!

Geschwind ist die Schere in meiner Hand, der Klebestreifen wird knapp abgeschnitten und der Rest an der Tischkante sanft angeklebt. Den kleinen bereits klebenden Rest drücke ich fest an und deute ihn als eine Art Deko-Element um. In der freudigen Aufregung des Auspackens wird er kaum wahrgenommen werden.

Erstaunlich

Die Verärgerung ist noch nicht abgeklungen.
Zeitgleich freue ich mich darüber, dass mein kluges Unbewusstes so rasch eine Lösung für das Ungemach parat hat.
Im Nu bin ich mit stolzer Körperhaltung auf dem Weg zur Tür.

Schlagartig wird mir jetzt bewusst, wer so spät geklingelt hat.
Ich öffne die Tür.

Breit grinsend und ungeduldig scharrt Rudi mit dem rechten Vorderhuf. „Wo sind die Pakete?“, fragt er mich mit einem leicht antreibendem Unterton.

„Komm erst einmal rein, altes Haus!“, antworte ich und klopfe ihm freundlich-sanft auf seinen kurzfelligen Hals. „Wo ist denn Klaus?“, frage ich ihn beim Eintreten.

„Der sortiert oben auf dem Dach noch einmal die Pakete im Schlitten um. Ich soll dich schön grüßen. Leider wird es dieses Jahr nichts mit einem längeren Plausch. Ich würde ja sehr gern ...“

Du kannst ihn auch nicht anrufen. Beeindruckt von unserem langen Gespräch vor 12 Monaten über ausschweifende, fast suchthafte Handynutzung, verbunden mit einer schlechten Körperhaltung, die für eine miese Stimmung sorgt und eine heikle Aufmerksamkeitsillusion hat er sein Smartphone bewusst vergessen.
Du ahnst es sicher, irgendetwas ist ja immer ...“

30 Sekunden später

Breit schmunzelnd sitze ich wieder allein in der Küche. Ich freue mich darüber, alles in meinem Sinne auf den Weg gebracht zu haben, und zeitgleich bin ich etwas traurig, dass ich nun 12 lange Monate auf einen ausgiebigen Klönschnack mit Klaus und Rudi warten muss.
Und Rudi hat recht, irgendetwas ...

*In diesem tiefen Lebenssinne wünsche ich Ihnen
eine wahrhaft frohe und besinnliche Weihnacht
mit viel Zeit für Ihre Wohlfühlzonen und
Ihre Liebsten,
ein angenehmes Ankommen und
viele kreative Lösungen in 2019
- und bleiben Sie gesund.*

*Ihr
Hartmut Neusitzer*

www.Mein-Ressourcencoach.de

PS:

2017

*Der ratlose Rudi, Klaus, sein verzweifelt-trübsinniger Chef und ein heikler
Ausweg*

2016

Neulich im Park

*- Kreativität, ihr Gegenspieler der Schreck und
die drei kostenfrei-wertvollsten Ressourcen-Geschenke überhaupt*

2015

Die vorweihnachtliche Geschichte von Herrn Tun

*- Garantiert frohe Weihnachten mit einer geheimnisvoll-wirksamen
Zauberformel*

Zu den Weihnachtsgeschichten 2015 bis 2017 gelangen Sie [hier](#).