

Geburtstag

Ja heuer war es bei mir so weit. Ich habe Ende Jänner meinen 40. Geburtstag gefeiert.
„Kinder wie die Zeit vergeht“

Ich muss zugeben, dass mich dieser Übergang in ein neues Jahrzehnt nicht ganz kalt gelassen hat. Ich glaube, dass es vielen so geht.



Man schaut zurück und überlegt:
Was habe ich schon erreicht?
Was habe ich versäumt?
Und vor allem: Was möchte ich noch erreichen? Welche Wünsche gibt es?

Ziele sind für mich Ideen, und wenn ich auf dem Weg dahin feststelle, etwas passt nicht mehr, ja- dann habe ich die Macht der Wahl, ich kann neu wählen, kann die bessere Wahl entscheiden!!

Man sollte überlegen, spüren, fühlen:
Was ist für mich richtig!! Kann ich damit leben, will ich damit leben!!

Ich bin drauf gekommen, dass sich das Gefühl mit dem Alter nicht ändert. Es ändern sich aber sehr wohl die Werte. Es gibt Dinge die mir früher sehr wichtig waren. Jetzt aber diesen Stellenwert verloren haben.

Mit dem zum Beispiel größer und selbständiger werden der Kinder ändern sich die eigenen Bedürfnisse und man bekommt wieder mehr Freiheit das Leben darauf zu justieren.

Für mich ist jeder Geburtstag ein Neuanfang. Und dieser kann nur gelingen, wenn man das was bisher war anerkennt und achtet. Mir ist wichtig das zu feiern was man bis dahin geschafft hat. Ich empfehle das auch jenen, die bis jetzt ein schweres Schicksal hatten. Halte dich nicht damit auf mit dem Schicksal zu hadern. Alles was gewesen ist, ist vorbei. Du kannst es nicht ändern!

Es gilt: Werde dir bewusst welche Ressourcen du aus deiner Situation gewonnen hast. Was hast du gelernt? Überlege wie du diese für die Zukunft einsetzen kannst um deine Situation zu verbessern.

Das Größte was wir alle zur Verfügung haben ist das Leben selbst. Dieses Geschenk habe ich und wir alle von unseren Eltern bekommen. Es liegt an uns etwas daraus zu machen und es zu gestalten.

Zusätzlich zu dem Geschenk des Lebens von meinen Eltern, habe ich das Glück von meiner Familie und meinen Freunden reich beschenkt worden zu sein. Und damit meine ich nicht unbedingt die materiellen Geschenke.

Sie haben mich beschenkt mit ihren Glückwünschen, ihrer Zeit mit mir zu feiern. Sie haben mir das Gefühl gegeben geliebt zu werden und dazu zu gehören. Und dafür bin ich unsagbar dankbar.

Leider haben nicht alle dieses Glück und alte Wunden und Blockaden (z.B. durch Komplikationen, nicht Willkommen sein, falsches Geschlecht, disfunktionale Eltern, Krisen der Eltern usw.) von der eigenen Geburt kommen gerade an Geburtstagen hoch.

Dieser besondere Tag im Jahr wird dann am liebsten verschwiegen und es wird als unangenehm empfunden wenn jemand gratuliert. Weil es sich nicht stimmig anfühlt.

Ich wünsche Euch Heilung mit Eurer Geburt und somit Freude mit allen Geburtstagen die Euch wichtig sind.

Gib nie auf das Beste zu versuchen und liebe dich auch wenn es noch nicht so gelingt wie du es dir vorstellst.

Ich möchte noch allen einen Spruch schenken, den ich von einer ganz lieben Freundin zum Geburtstag gemalt bekommen habe.

*Monate und Jahre vergehen,
und sind immer vergangen,
aber ein schöner Moment
leuchtet ein ganzes Leben
hindurch !*

*Alles Liebe
Alexandra*

