

## Hingeschaut



Foto: Heike Bulle

### HIN- und WEGGESCHAUT & klarer wahrgenommen

„Wo hast du nur schon wieder deine Gedanken?“, fragte mich meine Mutter früher öfter mal. Und ich wusste es nicht immer. Und auch schon in der Grundschule beschwerte sich mal mein Lehrer darüber, dass ich so oft aus dem Fenster schaue. Er meinte, ich solle lieber besser aufpassen und fragte mich: „Na, wie viele Vögel fliegen denn da gerade?“ „Drei!“ sagte ich strahlend. „Und was habe ich Euch gerade erklärt?“ Heute erinnere ich mich nicht mehr daran, aber damals kam die Antwort wie aus der Pistole geschossen. Ich konnte alles wiederholen- wörtlich! Ich hatte haargenau aufgepasst, trotz des Blicks in den Himmel. Oder gerade wegen diesem?

„Ging es nach mir, sollten wir wieder öfter in den Himmel schauen. Denn manchmal fehlt es uns schon sehr an Gelassenheit und Vertrauen.“ So singen die Sportfreunde Stiller in ihrem Lied „Siehst du das genauso?“

Manchmal brauchen wir einfach eine andere, neue Ausrichtung, wir müssen unseren Blick im wahrsten Sinne des Wortes weiten um das Kleine, das gerade genau vor unserer Nase passiert, wahr- und aufnehmen zu können und um gut darauf reagieren zu können.

„Den Blick weiten“, „Hinschauen“, das sagen wir so. Aber seit ich lerne, mich in meinem neuen Arbeitsfeld zurechtzufinden, bin ich auch sprachlich sehr viel sensibler geworden. Seit ich mit dem Auftrag der inklusiven Seelsorge unterwegs bin, ist es mir viel präsenter, dass nicht alle ohne Weiteres irgendwo hinschauen können, weil sie nämlich gar nicht sehen können, wie das für die meisten von uns ganz normal ist. Aber wer nicht mit den Augen hinschauen kann, der richtet seinen „Blick“ dennoch auf bestimmte Dinge. „Die Welt ist für dich immer so, wie Du sie wahrnimmst“, habe ich kürzlich gelesen. Und worauf wir unsere Wahrnehmung richten, das prägt uns zutiefst.

das löst immer irgendwelche Gedanken und Gefühle in uns aus. Und aus diesen entwickelt sich nicht selten eine ganze Kettenreaktion: Wir bringen diese Gedanken ins Wort –und die Worte werden Taten, aus denen Gewohnheiten werden, die unseren Charakter formen, der unser Leben stark beeinflusst.

Darum versuche ich mich immer wieder neu auszurichten: Mit „Blick“ in den Himmel – den äußeren oder meinen inneren.

Heike Bulle



Wir benötigen Ihre Zustimmung um den Inhalt von YouTube laden zu können.

Mit dem Klick auf das Video werden durch den mit uns gemeinsam Verantwortlichen Youtube [Google Ireland Limited, Irland] das Video abgespielt, auf Ihrem Endgerät Skripte geladen, Cookies gespeichert und personenbezogene Daten erfasst. Damit kann Google Aktivitäten im Internet verfolgen und Werbung zielgruppengerecht ausspielen. Es erfolgt eine Datenübermittlung in die USA, diese verfügt über keinen EU-konformen Datenschutz. Weitere Informationen finden Sie hier.

Hier klicken um den Inhalt zu aktivieren.

Jmx0O2ImcmFtZSBsb2FkaW5nPSZxdW90O2xhenkmcXVvdDsgc3JjPSZxdW90Oy8vd3d3LnIvdXR1YmUuY29tL2VtYmVkl2pVRG9RdEpYdE5RJnF1b3Q7IHdpZHRoPSZxdW90OzU2MCZxdW90OyBoZWlnaHQ9JnF1b3Q7MzE1JnF1b3Q7IGZyYW1lYm9yZGVyPSZxdW90OzAmcXVvdDsgYWxs3dmdWxsc2NyZWVuPSZxdW90O2FsbG93ZnVsbHNjcmVlbiZxdW90OyZndDsmbHQ7L2ImcmFtZSZndDs=

*Sportfreunde Stiller in ihrem Lied „Siehst du das genauso?“ – youtube*