

INNERE BALANCE

MAN HAT SIE ODER MAN HAT SIE NICHT ?

In der Firma, in der wir arbeiten und für unseren Unterhalt und in den meisten Fällen noch für den Unterhalt unserer Familien, sorgen, verbringen wir relativ lange Zeit. Und wir verbringen relativ lange Zeit auch mit den Kollegen und Kolleginnen, die uns vom Arbeitgeber als Mitmenschen bestimmt sind.

In unserem privaten Leben würden wir mit diesen Mitmenschen kaum etwas unternehmen wollen. Zumindest bekommt man diesen Eindruck, wenn man hört, was Kollegen und Kolleginnen in ihrer eigenen Unzufriedenheit am Leben über dritte Personen hinter deren Rücken zu erzählen haben. Diese dritten Personen sind 'irgendwelche' Arbeitskolleginnen und -Kollegen. In der Tatsache sind diese irgendwelchen dritten Personen WIR selbst - jede und jeder von uns.

Das perfekte Arbeitsklima gibt es nicht. Keiner von uns ist immun gegen schlechte Schwingungen und negative Ladungen die in unserer Tiefe stecken und die immer wieder im kleineren oder größeren Mass zum Vorschein kommen. Und gerade diese Ladungen, die auf unser Bewusstsein wirken, haben einen immensen Einfluss auf das Arbeitsklima.

Wir können uns POSITIV LADEN, wenn wir uns beispielsweise in der sogenannten Freizeit die Chance geben, uns zu entspannen und auf etwas ganz anderes zu konzentrieren. Das Lesen guter Bücher, Spa-

ziergänge in der Natur, Theater-, Konzert-, und Museenbesuche, Sporttreiben usw. sind sehr wichtig für unser Wohlgefühl. Und wenn wir uns wohl fühlen, strahlen wir das aus uns heraus, und damit wird das Lebende und 'das Tote' unserer Umgebung beeinflusst. Und diese Umgebung wird uns dann mit ihrer positiven Energie beschenken, für die wir selbst verantwortlich sind.

Es ist schön, Geschenke zu bekommen. Nicht wahr? Man muss diese nur zu verdienen wissen.

Lassen wir unsere eigenen Probleme lieber 'zu Hause'. Jeder von uns ist ein kleinerer oder ein größerer Egoist und kann sich nur auf seine eigenen Probleme konzentrieren. Im Sinne: Mich kann dein Schmerz nicht schmerzen! Über diese Probleme spricht man besser mit seinen besten Freunden - wenn man diese hat, oder mit Fachmännern und Fachfrauen der entsprechenden Psychogebiete.

Wenn man ein wenig aufmerksamer die Menschen aus unserer nächsten Nähe betrachtet und zuhört, wird man schlussendlich konstatieren müssen, dass es für manche von uns sehr schwierig ist, ein paar nette Worte auszusprechen, einen richtig herzlichen guten Tag zu wünschen, oder ein Lächeln, das niemanden verpflichtet, den Vorbeigehenden zu schenken.

Dabei wäre es so leicht - Tun wir es doch einfach.

Unsere innere Balance ist eine Kraft, die wir für das Überleben sehr benötigen. Es lohnt sich sicher, in sie zu investieren.

Unsere Ausrede, dass wir keine Zeit und kein Mittel dafür haben, schieben wir gerne fast täglich vor- und das in den Kneipen, an den Orten wo wir unsere eigentlich so kostbare Zeit und so manche Lebensmittel in die Unwiederbringlichkeit geben.

Vlado Franjevic

Vlado Franjevic

Sein Name wurde in der neuesten Ausgabe des «Biographischen Lexikon der Schweizer Kunst» vom Schweizerischen Institut für Kunstwissenschaft eingetragen.

Auf Grund seiner künstlerischen und literarischen Aktivitäten im europäischen Raum erhielt er kürzlich einen Gratulationsbrief von der kroatischen Akademie für Kunst u. Wissenschaft in der Emigration mit dem Sitz in Basel.

Kriemhild Nath