

## Fang einfach an!



„...wenn das so einfach wäre!“ – ja, auch ich kenne diese Thematik. Sehr gut sogar. Mein Lieblings-Aufschieberitis-Punkt ist die Vorbereitung unserer Steuererklärung. Unbeschreiblich und immer wieder zum Schmunzeln, wenn ich mich dabei beobachte, welche verrückten Strategien ‚mensch‘ doch entwickeln kann, um bloß nicht anzufangen: Ablenkung, kreative Ausreden, andere (unschöne, jedoch nicht ganz so unangenehme) Dinge erledigen, und und und...

Doch die Krux ist: Es wird nicht besser. Im Gegenteil: Die innere Unzufriedenheit wächst, man macht sich selbst Druck und bekommt ein schlechtes Gefühl bei dem Gedanken an die unerledigten Aufgaben. Doch, manchmal gibt es tatsächlich Dinge, die sich plötzlich von allein erledigen, allerdings eher selten. Und die Steuer halt eben nicht. Oder das Unkraut-Zupfen im Garten. Letzteres wächst sich dann so stark aus, dass man „schweres Gerät“ zum Entfernen braucht.

Und genau deshalb entsteht diese Inspirationsgeschichte zum Thema Anfangen. Weil es mir am Herzen liegt. Und weil auch ich da manchmal einen kleinen wunden Punkt habe.

So entstand diese Geschichte: Als ich heute in den Garten ging, kam mir der Gedanke: „Ein bisschen Zupfen, vielleicht nur eine kleine Ecke. Ganz egal, wieviel. Alles, was ich schaffe, ist bereits ein Pluspunkt...“ Gedacht, gemacht. Und siehe da: Ich konnte plötzlich gar nicht mehr aufhören mit dem Unkraut jäten. Es machte mir so viel Spaß, schon nach kürzester Zeit hatte ich ein Lächeln im Gesicht und freute mich wie eine Schneekönigin❄️ Und das Geniale: Du kommst automatisch in den Flow, der Energiefluss setzt ein und unterstützt dich auf ganz natürliche Weise. Du hast auf einmal die Power und den Elan. Einfach so.

Deshalb sollen Dir diese Zeilen helfen, anzufangen. Mit was auch immer. Du wirst sehen, es lohnt sich. Such Dir einen kleinen Schritt aus, so wie ich nur ein kleines Eckchen im Garten. Und Du wirst sehen, es wird Dir Freude schenken! Und Erfolgserlebnisse! Und Dich aus dem Stillstand herausholen. Soweit heute von mir – die Steuer wartet noch auf mich ; )

Simone Irrgang im Mai 2022