

Inna Turchyn

Herzlich willkommen daheim

Der Weg zu mir selbst

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2013 Inna Turchyn

Fotos: Stanislav Turchyn

*Herstellung und Verlag: BoD – Books on Demand,
Norderstedt*

ISBN: 978-3-7322-3806-4

Inhalt

Inhalt	5
Einführung	7
Danksagung	8
Suchen oder finden?.....	10
Gesundes Maß an Gleichgültigkeit.....	12
Wenn Wünsche wahr werden.....	14
Geht es auch für alle?... – Sicher doch!	16
Teile dein Lächeln	18
Sag niemals nie!	20
Gottes Wege sind unergründlich	22
Ich weiß nicht, was ich will – was ich weiß, will ich nicht.....	25
Macht es dir Angst?... Versuch es!.....	28
Verschlimmbesserung.....	30
Wenn man allen gerecht werden will... ..	32
Was ist gut und was ist schlecht?	34
Nutzen Sie die Möglichkeiten!.....	36
Achtung Bauchgefühl!	38
Es ist besser zu sterben und seine Ruhe zu haben.....	40
Dem Tapferen lächelt Fortuna!.....	42
Und wo findet man sie, die goldene Mitte?.....	44
Positiv ohne Ende!	46
Zufälle sind niemals zufällig.....	48
Die Liebe kann Berge versetzen!	51
Und dann kam die Freude.....	53
Nimm es selbst in die Hand!	55
Immer und immer wieder.....	56
Lassen Sie sich begeistern!.....	58
Der Finger, der auf den Mond zeigt	59

Bumerang	61
Meine Entscheidung – meine Verantwortung!.....	63
Mehrheit.....	65
„Warum?“ – ist das eine Frage oder ein Wunsch?	67
Gesundheit!	68
Gespräch mit dem Schatten.....	70
Sind Sie im Einklang mit sich selbst?.....	72
Ruhe und Gemütlichkeit!.....	74
Schlusswort.....	76

Einführung

Wenn Sie darüber nachdenken wollen, wie Sie leben oder wie Sie Ihr Leben meistern können, dann ist dieses Buch für Sie.

In diesem Buch handelt es sich um meine Erfahrungen darüber, was ich mir gewünscht habe, wie die Wege zu meinen Zielen verlaufen sind, was ich am Ende bekommen habe, ob ich schließlich glücklich mit dem Ergebnis war und warum.

Kurz gesagt geht es in diesem Buch sowohl um Erfolgsgeschichten als auch um Misserfolge, sowie darum, was ich dabei gelernt habe.

Die Idee, das Buch zu schreiben, kam mir während meiner Hepatitis-C-Therapie. Damals konnte ich nicht unterrichten, aber für das Nachdenken hatte ich mehr als genug Zeit.

Kurz vor meiner Krankheit habe ich mir Gedanken darüber gemacht, was ich von meiner Zukunft will. Auf diese Frage konnte ich damals keine Antwort finden, die mir vollkommen gepasst hätte.

Alle beschriebenen Situationen sind in der Reihenfolge, in der sie mir durch den Kopf gingen. Als ich die letzte Geschichte geschrieben habe, ist mir nicht nur klar geworden, was ich mir wünsche, sondern auch wie ich in der Zukunft dabei vorgehen werde.

Zusätzlich habe ich den Weg zu mir selbst und zu innerer Ruhe gefunden.

Danksagung

Vor allem bedanke ich mich ganz herzlich bei der göttlichen Kraft, die in jedem von uns und auch in mir innewohnt, für die Idee dieses Buches und für die Unterstützung bei ihrer Realisierung.

Dank meinem Mann Stanislav, meinem Sohn Alexander, und noch einer verwandten Seele, Igor Tsarenko, habe ich nicht nur eine Analyse meines Lebens durchgeführt, sondern auch als Ergebnis dieses Buch geschrieben und das Verständnis dafür bekommen, wie ich meine innere Ruhe finden kann. Ich bedanke mich von ganzem Herzen bei Euch für Euer Verständnis, Eure Offenheit und auch für Eure herzliche Unterstützung, die mich bei meiner Arbeit an diesem Buch sowohl motiviert als auch nach vorne gebracht hat, und für Eure aktive Mitarbeit an den Formulierungen und Korrekturen in der russischen Sprache. Meinem Mann und meinem Sohn bin ich sehr dankbar auch für ihre Hilfe bei der Übersetzung des Buches in die deutsche Sprache, und meiner Mama, Maria Fondis, und meinem Stiefpapa, Nikolaj Fondis, für ihre Unterstützung. Ein riesiges Dankeschön Alisa Andryushchenko für ihre Unterstützung und die Korrektur in der russischen Sprache. Vielen herzlichen Dank! Ich liebe Euch so sehr, wie es nur möglich ist!

Besonders bedanke ich mich bei meinen Kolleginnen: Monika Leitze-Fink für ihr Einfühlungsvermögen, ihr Verständnis, ihre besondere Gabe, sowohl mit viel Liebe die unterstützenden Wörter zu finden,

als auch die voranbringenden Fragen zu stellen, und auch für ihre Unterstützung bei den Formulierungen in der deutschen Sprache; Svetlana Rudakova-Safir für ihre freundliche Unterstützung, ihre Meinung über meine Denkanstöße, die mich motiviert hat, weiter zu schreiben, für ihre Hilfe, den Begriff „Ziel“ besser zu verstehen und zu formulieren; Adriana für ihre kreativen Ideen und ihre Unterstützung bei der Korrektur in der deutschen Sprache.

Ganz herzlichen Dank an Martin Kachel für seine Unterstützung bei den Formulierungen und der Korrektur in der deutschen Sprache und an alle, die mich während meiner Arbeit an diesem Buch mit Ideen und Meinungen unterstützt haben: Eka Müller und das ganze Team von «Lern-Planet», Larisa Bogdan, Elena Feiman, Irina Kamaletdinova, Alexander Kreidermann, Gennadiy Krokhmal, Marina Krupitskaya, Daria Levchuk, Vadim Livshitz, Stella Malko, Tatjana Masljanko, Natalya Naumova, Lubov Strokova, Nika Tishkova und Iryna Yulegina, Andrey Zubashenko.

Noch einmal ein sehr großes Dankeschön für Eure Unterstützung! Ich bin glücklich darüber, dass es Euch in meinem Leben gibt!

Suchen oder finden?...

Während einer Studienergänzung, an der ich teilgenommen habe, war eine Studentin aus unserer Gruppe von Beruf Psychologin. Sie hat uns ein hoch interessantes Angebot gemacht. Wir sollten Karrierepläne erstellen und ihr zur Analyse geben. Speziell dafür hat sie Formulare ausgeteilt, die wir ausgefüllt haben.

Nun, was habe ich bei der Einzelberatung erfahren? Ich wurde darauf aufmerksam gemacht, dass ich in der Zeile „Ziel“ „Arbeitssuche“ eingegeben habe. Ich habe nicht sofort verstanden, wo der Haken ist. Ich habe studiert und gleichzeitig eine Arbeitsstelle gesucht. Das ist doch der beste Weg eine zu finden. Das ist logisch, oder?

Ihre Frage, ob ich ewig nach einer Stelle suchen möchte oder mir doch wünsche, einen Arbeitsplatz zu finden, hat mich endgültig verwirrt. „Wozu suche ich dann? Natürlich um eine zu finden!“ – habe ich gesagt und dann ist es mir klar geworden, dass ich wirklich ein merkwürdiges Ziel hatte. Ich habe überlegt, wie meine Arbeitssuche mit so einem Ziel verlaufen ist?

Und dann ist es mir wie Schuppen von den Augen gefallen. Ich habe immer viele interessante Stellenangebote gefunden und mich beworben. Ich bin auch oft zu Vorstellungsgesprächen eingeladen worden, aber es hat zu nichts geführt. Dies hat sich immer und immer und immer wieder wiederholt. Das waren die besten Voraussetzungen für eine ewige Arbeitssuche, nicht wahr?

„Wahrscheinlich ist es tatsächlich wichtig, dass man das Ziel nicht als Prozess sieht, sondern als einen festdefinierten Endzustand betrachtet?“, habe ich gedacht und „Arbeitssuche“ durch „Arbeit finden“ ersetzt, und das nicht nur auf dem Papier sondern auch in meinem Kopf.

Und was glauben Sie? Die Lage hat sich abrupt geändert. Geradema! war ein Monat seit dem Studienabschluss vergangen und schon habe ich eigene Seminare durchgeführt.

Gedanken/Kommentare/Schlussfolgerungen

Wenn ich etwas suchen will, dann werde ich es solange nicht finden, bis ich einen anderen Wunsch habe. Also bevor man sich etwas wünscht, sollte man sich vor Augen führen, was soll denn das gewünschte Ziel sein: ein Prozess oder der Endzustand?... Will ich suchen oder finden, etwas tun oder fertigstellen, lernen oder können, warten oder treffen/bekommen... Dies alles ist meine eigene Entscheidung!

Gesundes Maß an Gleichgültigkeit

Während der Studienergänzung haben zwei Kommilitoninnen und ich die Möglichkeit bekommen, ein Stipendium für eine Weiterbildung zu erhalten.

Auf Grund einer solch tollen Überraschung bin ich in große Aufregung geraten. Ich habe alle notwendigen Papiere vorbereitet und habe sie an die Institution gesendet, die die Stipendiaten ausgewählt hat. Ich habe aber eine trockene Absage bekommen, in der gestanden hat, dass meine Qualifikation ihren Voraussetzungen nicht entsprochen hat.

Das hat mich natürlich traurig gestimmt. Was konnte ich aber in diesem Fall machen? „Wenn nicht, dann nicht. Und Basta“ – habe ich mir gesagt, eine E-Mail an die Uni über die Absage geschrieben und zu meiner Ruhe wiedergefunden.

Woher sollte ich denn wissen, dass mein Betreuer die Absage so ohne weiteres nicht akzeptieren wollte? Er hat angefangen, mit der zuständigen Institution darüber zu verhandeln. Ich sollte noch zusätzliche Dokumente zuschicken, was ich dann auch getan habe.

Mein innerer Zustand aber war schon ein anderer. Ich war absolut gelassen und bereit, sowohl eine „Zu-“ als auch eine „Absage“ zu bekommen. Ich konnte es kaum glauben, als ich als Ausnahme die Zusage für das Stipendium bekommen habe.

Gedanken/Kommentare/ Schlussfolgerungen

Wenn ich etwas so sehr will, dass es schon weh tut, dann läuft es von mir weg. Wenn ich mit allem, was ich habe, zufrieden bin, es aber an sich schön wäre, dass ein bestimmter Wunsch in Erfüllung geht, dann entstehen die Möglichkeiten, um das zu verwirklichen. Ob ich die Gelegenheiten ergreife oder nicht, ist eine andere Sache. Aber von dem, was ich fühle (Schmerz oder bin ich in dem Zustand: „Wenn ich das bekomme ist es super, wenn nicht, dann ist es auch gut“), hängt es ab, ob ich diese Möglichkeiten bekomme oder nicht.

Also, „Gesundes Maß an Gleichgültigkeit, ist eine gute Sache, nur in diesem Zustand zu bleiben, gelingt nicht immer... Obwohl, wenn man versteht, was man fühlt und in welche Richtung man geht, dann ist das schon sehr hilfreich.

Besuchen Sie mich im Internet:

innaturchyn.blogspot.de