

## 2. Dezember 2015 – eine wundervolle Liste

Ende November 2015 besuchte ich eine Weiterbildung. Normalerweise nehme ich für mich von Weiterbildungsanlässen, egal zu welchem Thema, viele Impulse und Gedanken mit nach Hause. Dieses Mal jedoch ärgerte ich mich über den Anlass und fand ihn mühsam.

Ich bin davon überzeugt, dass alles in meinem Leben einen Sinn hat. So suche ich nach etwas, das mir von dieser Weiterbildung im Herzen geblieben ist. Ich richte meine Aufmerksamkeit auf Positives. Nun tauchen plötzlich positive Dinge auf.

Ich erinnere mich an eine kurze Erzählung der Kursleiterin, die gar nicht wirklich zum Thema des Kurses gepasst hat. Die Erzählung beendete sie mit dem Satz: „Eine warme Dusche tut immer wieder gut.“ Sie meinte damit eine „Dusche“ bestehend aus Komplimenten. Während einer warmen Komplimenten-Dusche teilt man einem Menschen mit, was an ihm besonders wertvoll ist.

Deshalb bekommen alle bei uns heute eine warme Dusche. Jede Person teilt jeder Person mit, was besonders geschätzt wird.

- Ich schätze es, dass ... .
- Mir gefällt deine ... Art.
- Es freut mich, wenn du ... .
- Ich mag an dir ... .
- Wenn du nicht da bist, vermisse ich ... .
- Ich wünsche mir, dass dein/deine ... nie verloren geht.

Ich schreibe auf, was die Kinder einander sagen. Damit werde ich noch etwas gestalten. Dies wird sich bald in unserem Adventskalender eröffnen.

Meinen eigenen Kindern und meinem Mann schreibe ich einen

Brief. Darin zähle ich auf, was ich alles positiv an ihnen finde.

Mir kommt beim Schreiben des Beitrages eine Geschichte, die ich vor längerer Zeit gelesen habe, in den Sinn.

### **Eine wundervolle Liste (von Helen P. Mrosła)**

Eines Tages bat eine Lehrerin ihre Schüler, die Namen aller anderen Schüler der Klasse auf ein Blatt Papier zu schreiben und ein wenig Platz neben den Namen zu lassen. Dann sagte sie zu den Schülern, sie sollten überlegen, was das Nettteste ist, das sie über jeden ihrer Klassenkameraden sagen können und das sollten sie neben die Namen schreiben.

Es dauerte die ganze Stunde, bis jeder fertig war und bevor sie den Klassenraum verließen, gaben sie ihre Blätter der Lehrerin.

Am Wochenende schrieb die Lehrerin jeden Schülernamen auf ein Blatt Papier und daneben die Liste der netten Bemerkungen, die ihre Mitschüler über den Einzelnen aufgeschrieben hatten. Am Montag gab sie jedem Schüler seine oder ihre Liste.

Schon nach kurzer Zeit lächelten alle. „*Wirklich?*“, hörte man flüstern. „*Ich wusste gar nicht, dass ich irgendjemandem was bedeute!*“ und „*Ich wusste nicht, dass mich andere so mögen*“, waren die Kommentare. Niemand erwähnte danach die Listen wieder. Die Lehrerin wusste nicht, ob die Schüler sie untereinander oder mit ihren Eltern diskutiert hatten, aber das machte nichts aus. Die Übung hatte ihren Zweck erfüllt. Die Schüler waren glücklich mit sich und mit den anderen.

Einige Jahre später war einer der Schüler gestorben und die Lehrerin ging zum Begräbnis dieses Schülers. Die Kirche war überfüllt mit vielen Freunden. Einer nach dem anderen, der den jungen Mann geliebt oder gekannt hatte, ging am Sarg

vorbei und erwies ihm die letzte Ehre. Die Lehrerin ging als letzte und betete vor dem Sarg. Als sie dort stand, sagte einer der Anwesenden, die den Sarg trugen, zu ihr: „*Waren Sie Marks Mathelehrerin?*“ Sie nickte. Dann sagte er: „*Mark hat sehr oft von Ihnen gesprochen.*“

Nach dem Begräbnis waren die meisten von Marks früheren Schulfreunden versammelt. Marks Eltern waren auch da und sie warteten offenbar sehnsüchtig darauf, mit der Lehrerin zu sprechen. „*Wir wollen Ihnen etwas zeigen*“, sagte der Vater und zog eine Geldbörse aus seiner Tasche. „*Das wurde gefunden, als Mark verunglückt ist. Wir dachten, Sie würden es erkennen.*“ Aus der Geldbörse zog er ein stark abgenutztes Blatt, das offensichtlich zusammengeklebt, viele Male gefaltet und auseinander gefaltet worden war. Die Lehrerin wusste ohne hinzusehen, dass dies eines der Blätter war, auf denen die netten Dinge standen, die seine Klassenkameraden über Mark geschrieben hatten. „*Wir möchten Ihnen so sehr dafür danken, dass Sie das gemacht haben*“, sagte Marks Mutter. „*Wie Sie sehen können, hat Mark das sehr geschätzt.*“

Alle früheren Schüler versammelten sich um die Lehrerin. Charlie lächelte und sagte: „*Ich habe meine Liste auch noch. Sie ist in der obersten Schublade in meinem Schreibtisch.*“ Die Frau von Heinz sagte: „*Heinz bat mich, die Liste in unser Hochzeitsalbum zu kleben.*“ „*Ich habe meine auch noch*“, sagte Monika. „*Sie ist in meinem Tagebuch.*“ Dann griff Irene, eine andere Mitschülerin, in ihren Taschenkalender und zeigte ihre abgegriffene und ausgefranste Liste den anderen. „*Ich trage sie immer bei mir.*“ sagte sie und meinte dann: „*Ich glaube, wir haben alle die Listen aufbewahrt.*“

Die Lehrerin war so gerührt, dass sie sich setzen musste und weinte. Sie weinte um Mark und für alle seine Freunde, die ihn nie mehr sehen würden. Im Zusammenleben mit unseren Mitmenschen vergessen wir oft, dass jedes Leben eines Tages endet und dass wir nicht wissen, wann dieser Tag sein wird.

Deshalb sollte man den Menschen, die man liebt und um die man sich sorgt, sagen, dass sie etwas Besonderes und Wichtiges sind.

Welch schönes Geschenk erhielt ich von dieser Weiterbildung!

[Hier](#) klicken, um noch eine weitere 2. Dezember-Idee zu erhalten.

Dieser Artikel wurde am 02.12.2015 veröffentlicht.