

Zu meiner Person

Mein Name ist Doris Brodersen. Ich wurde im Dezember 1955 in Niebüll geboren. Seit meiner Kindheit lebe ich im nördlichen Nordfriesland, nahe der dänischen Grenze. Mittlerweile bin ich fast 63 Jahre alt, Mutter von vier erwachsenen Kindern und habe



zusammen mit meinem Mann über dreißig Jahre lang unseren landwirtschaftlichen Betrieb bewirtschaftet. Als dann der schleichende Prozess des Höfesterbens auch uns mit unserem Betrieb erfasste, die Kühe abgeschafft werden mussten, weil die Milcherzeugung eher Kosten verursachte, als Einkommen brachte, war unser gesamtes familiäres Gefüge durcheinander geraten. Die Tiere waren unsere ausfüllende Aufgabe, täglich mussten sie versorgt, gemolken und betreut werden. Nachdem sie verkauft wurden, entstand erst einmal eine große Leere. Es folgte eine Zeit des Trauerns, schwere Gedanken gaben keine Ruhe und eine gewisse Sinnlosigkeit machte mir das Leben ziemlich

schwer. Ich machte mir ernsthafte Sorgen um mich selber. Aber, Zufälle gibt es ja nicht.

Und so fand ich zum Schreiben eigentlich erst wirklich, als ich auf Facebook einen Link sah, der auf #hunderthappydays hinwies. Unter diesem Motto sollte man auf seiner eigenen Facebookseite täglich eine Kleinigkeit schreiben, die man als gut bzw. positiv erachtete. Das gefiel mir, wenn es auch nicht immer leicht war jedem Tag etwas Positives zu entlocken. So traute ich mich immer öfter, kleine, kurze Statements zu veröffentlichen, las manche auch meiner Familie oder Freunden vor, die immer sehr berührt davon waren. Oft wurde mir vorgeschlagen, doch ein Buch darüber zu schreiben. Allein der Glaube an meine eigenen Fähigkeiten war eher rudimentär ausgeprägt. Als ich dieses Jahr auf Kreta Urlaub machte, habe ich sehr liebe Menschen kennengelernt, die so berührt waren von meinen Texten, dass sie mit Tränen in den Augen da saßen, als ich ihnen zwei, drei Texte vorlas. Sie bestärkten mich sehr und waren der Meinung, dass viele Menschen von diesen Texten berührt sein würden, dass diese Texte sehr, sehr ehrlich sind und eigentlich jeder Mensch sich in ihnen wiederfinden kann. Also habe ich das Wort »rudimentär« kurzerhand in der Nordsee versenkt, habe mich etwas aufgeplustert und mehr oder weniger mutig meine Texte in einem Buch zusammengefasst. Ich habe bewusst auf eine Art Anordnung verzichtet, weil ich sie so aufschreiben wollte, wie sie tatsächlich entstanden

sind. Das weist dann auch schon auf den von mir ausgewählten Titel meines Buches hin. Ich habe niemals groß nachgedacht beim Schreiben. Es tat ja auch nicht Not, da ich ja nur für mich schrieb. Der Text floss aus meinem Herzen/meiner Seele direkt in die Hand und wurde auch genauso zu Papier gebracht. Deswegen sind diese Texte vollkommen offen und genauso ehrlich geschrieben, wie sie von den Menschen, denen ich sie vorgelesen habe, auch empfunden wurden. So hat sich quasi meine Seele aus meiner persönlichen Lebenskrise herausgearbeitet. Jetzt ist daraus also »mein« Buch entstanden, ich kann es ehrlich gesagt noch gar nicht fassen. Jetzt schuppe ich es in die große weite Welt und wünsche ihm und meinen Texten, dass es möglichst viele Menschen berühren und eventuell sogar in schwierigen Lebenssituationen trösten möge.

Den Lesern dieses Buches wünsche ich viel Freude und grüße Sie herzlich, Doris Brodersen.



Verzaubert

Wenn Worte fehlen,

spricht in der Stille das Herz.

Manche Worte gleichen Blumensamen,

die erst nach geraumer Zeit zu keimen beginnen.

Bis sie ihre Blüten tragen, ziehen viele Tage ins Land.

Könnte ich zaubern, so tät ich's doch nicht, denn nichts
ist schöner, als Schönes, das von alleine geschieht.



Zeitnot

Zeit ist schon ein seltsames Phänomen. Im täglichen Leben fällt sie auf, weil man schlicht nicht genug Zeit hat.

Sie läuft davon.

Ist dann aber unversehens Zeit übrig, ist man fast erschrocken, wie es denn nur dazu kommen konnte!

Sie verstreicht dann oft einfach so und wird nicht für das eigene Wohl genutzt.

Je mehr Zeit für das Tägliche aufgewendet werden muss, desto irritierter wird auf den Überschuss reagiert.

Wenn es uns gelingt, jeden Tag einen ganz persönlichen Moment des In sich Gehens, der Ruhe und Entspannung zu finden,

bekommt Zeit eine ganz neue Intensität. Dann sind diese Momente gelebte Lebenszeit!

Unverhofft

Du denkst noch über die zugeschlagene Tür nach, die dir gerade vor die Nase knallte, da geht eine andere Tür auf, mit der du gar nicht gerechnet hast

Dahinter ist es so hell und klar, dass eine unglaubliche Vorfreude dein Herz durchflutet.

Gehe unbeirrt weiter, nimm Begleitung an, behalte von Herzen, was du an Erfahrung geschenkt bekommst und vertraue deiner Seele. Alles kommt so, wie es soll und du wirst für stark genug gehalten, diesen Weg gehen zu können!

Rollwiese

Im Gras liegen, von der Sonne gewärmt. Vom leichten Hauch des Windes gestreift, Augen zu und hinein fühlen in dich selbst. Zeitnot abstreifen, es gibt sie nicht für zehn Minuten. Gedankenchaos sortieren, niemand ruft nach dir. Gefühle ordnen, nicht nachdenken! Aber erkennen, nachfühlen, einschließen oder loslassen. Immer eins nach dem anderen. Du wirst ruhig und entspannt. Deine Muskeln legen die Dauerspannung ab, deine Nerven werden ruhig, verlassen die Anspannung, die Schmerzen verursacht. Dein Blut fließt warm und ruhig durch deinen Körper. Der Atem geht tief in deine Lunge. Ruhe, ob der Erkenntnis, wie wichtig eigene Zeit ist, fühlst du dich zuhause in dir. Wie leicht das ging! Wie warm dir jetzt ist, trotz gerade noch erlebten Dauerfrost und Minusgraden in dir! Roll deine Wiese oft aus, egal wo du bist, sei gut und liebevoll mit dir. Gönn dir deine kleinen Zeitreisen auf deiner »Rollwiese«, sie gehören dir!



Reise für Mutige

Überraschend startet eine Reise. Sie war nicht geplant! Sie kam einfach so um die Ecke und fragte mich, ob ich einsteigen will. Keine Zeit, die Angst zu fragen: »Schaffe ich das?« Keine Zeit den Mut zu fragen: »Kann ich das?«

Nur die Intuition klingt hell und klar: »Du willst Antworten? Dann mach es! Du willst wachsen? Dann lass es zu! Du hast keine Angst vor neuen Erfahrungen? Auch wenn sie mühevoll entdeckt werden wollen? Dann spring auf. Die Zeit ist günstig, sie reicht dir gerade die Hand. Folge deinem Instinkt und erlaube dir diese Reise. Wir werden nah beieinander sein. Du und ich!«

Die beste Freundin

Endlich einmal bewusst an dich denken! Endlich einmal bewusst bemerken, was du alles für mich tust. Endlich einmal zurück denken, wie lange wir uns schon die Hände reichen.

Wärest du nicht gewesen, hätte ich sicher meine Kindheit nicht ohne Schaden überlebt. Wärest du nicht ständig an meiner Seite, hätten meine Sinne keine Chance gehabt, mit jedem Lebensjahr feiner und klarer zu werden. Oft wollte ich meinen Kopf durchsetzen, klüger sein, eigen mit meinen Entscheidungen.

Du warst immer besser! Ich weiß dass ich mich hundertprozentig auf dich verlassen kann. Du bist klar und weise. Ich bin froh, dass es dich gibt!

Wenn alles verloren scheint, wirfst du mir mit grinsendem Gesicht einen Lichtstrahl zu und ich greife gerne danach!

Danke Intuition, was wäre ich nur ohne dich!

Auf zu Neuem

Sich auf eine Reise begeben, deren Ziele man nicht kennt, deren Haltestellen aber wunderbare Überraschungen parat halten, ist aufregend, spannend und lehrreich. Immer das Ticket fest in den Händen haltend, neugierig auf Neues vorwärts laufen.

Was immer du tun willst, lass dich nicht beirren durch Menschen, die gar nicht wissen können, wie es ist, dein Leben zu leben. Ignoriere schlicht Angst und Unsicherheit. Vertraue auf dein Können, sei liebevoll und gütig mit dir!

Nichts passiert durch Zufall, sondern deswegen, weil du stark genug bist, deine Aufgaben zu händeln. Alles geschieht zu deinem Besten. Auch wenn es dir jetzt und hier noch nicht klar ist. Alles ist richtig, wie es ist.