

Newsletter Glückszentrale August 2016



*photographer Ines Evalonja Donath
www.gluECKszentrale.com*

Inhalt:

- 1) Poesie
- 2) Gedanken zum Thema GLÜCK
- 3) Zum GLÜCK gibt es Musik
- 4) Fantasie
- 5) Zaubernüsse - es ist wieder Zeit...
- 6) Herzglücksmomente
- 7) Tipp
- 8) Die Schönheit eines Blickes
- 9) Was ich dir wünsche



1) Poesie

In dem *Gewahrsein* von Liebe
wird selbst das Unwahrscheinlichste wahrscheinlich,
scheinbar Unmögliches möglich, Unwesentliches plötzlich wesentlich.
im Licht der Liebe erstrahlt alles in einem neuen Licht,
bekommt eine andere Bedeutsamkeit,
werden neue Namen erfunden für etwas, was schon da ist.
Durch die Liebe wird sichtbar,
was vorher im Unsichtbaren längst vorhanden war.
Doch nur wenige glauben an das, was sie nicht sehen können,
vertrauen nicht auf das, was sie fühlen.
Im *Gewahrsein* von Liebe werden Wunder wahr,
die eines Tages keine Wunder mehr sind, sondern gelebte Träume.

aus „Rosenträumerei“ - erschienen Juli 2016

ISBN 978-3741242755



2) Gedanken zum Thema GLÜCK

Es heißt, das Glück ist wie ein Schmetterling und das ist so wahrhaftig wahr. Ich habe so viel Mitgefühl mit dem Glück und auch der Freude und der Liebe. Sie sind da, umgeben uns, wollen sich uns schenken - doch sie werden nicht erkannt. In welches Gewand sie sich auch kleiden... meist hören sie „Jetzt nicht!“ „Ich muss erst noch...“ „Ich bin gerade so beschäftigt.“ „Ich habe schon etwas anderes geplant“ usw. usw. usw.



Da kommt ein Kind mit einer großen Freude im Herzen angeflitzt. Gerade beginnt es, davon zu berichten... schon wird es mit irgendeiner solchen Aussage abgehalten, die Freude wird im Keim erstickt. So manches Mal stirbt möglicherweise für Jahre der Drang, von etwas zu berichten, so manches Mal zerbricht etwas Kostbares dadurch im Inneren.



Es heißt, das Glück lässt sich nicht erjagen, sondern es setzt sich wie ein Schmetterling auf uns nieder, wenn wir ganz ruhig werden und uns Zeit nehmen für die Glücksmomente, die sich uns schenken wollen. Wir können sie nicht erzwingen... Dafür hatte ich vor 2 Jahren einmal ein eindrückliches Erlebnis. Ich wollte Schmetterlinge und Libellen fotografieren. Doch immer dann, wenn ich Fotos machen wollte, flogen sie weg. Innerlich wurde ich immer aufgewühlter.

Bis... Ja bis ich mir bewusst wurde, DASS ich innerlich unruhig war und es unbedingt JETZT wollte. Da habe ich gelacht und mich erst einmal ganz bewusst auf Ruhe eingestellt, bis ich den inneren Frieden fühlen konnte und dann... Ja dann blieben die Libellen und Schmetterlinge auf den Blüten sitzen, bis ich ganz wunderschöne Aufnahmen von ihnen gemacht hatte.

All das wirklich Wertvolle zeigt sich oft nur für Momente... Türen gehen auf und lassen den lichten Schein erahnen, der den Raum erfüllt, den man betreten könnte, wenn man nicht gerade zu beschäftigt wäre, Unwesentliches für wesentlich hält und dem Glück, der Freude, der Liebe keine wirkliche Priorität einräumt.

Möglicherweise ist es für die, die das Glück, die Freude und die Liebe noch fühlen, besser, diese Momente so manches Mal ganz für sich/in sich zu bewahren und sie so vor Gleichgültigkeit und Kälte zu bewahren. Doch wie soll sich dann die Freude und das Glück noch vermehren können, wenn wir uns keine Zeit mehr nehmen, um auch an der Freude und dem Glück anderer teilzuhaben oder unsere Freude mitzuteilen. Wie können wir glauben, Freude und Glück empfinden zu können, wenn wir blind und taub für gelebte und erlebte Freude- und Glücksmomente für uns selbst und die anderer sind?

Auf der Rückreise von ganz reich gefüllten Glücksfreudetagen war da ganz plötzlich ein tiefes Fühlen. Ich schloss meine Augen und erlebte Glück und Freude aus vergangenen Tagen noch einmal. Mir liefen Tränen der Dankbarkeit über die Wangen - da waren keine Gedanken daran, was die Fahrgäste um mich herum denken könnten. Ich war ganz versunken im Fühlen und spürte die Sonne auf meinem Gesicht und das Lächeln meines Mundes. Als ich die Augen aufmachte blieb dieses Strahlen in mir. Kurz darauf bot mir ein junger Mann einen Bonbon an, streckte mir die Tüte entgegen. Ich nahm dankend einen pinkfarbenen Bonbon und hielt ihn, nachdem ich ihn ausgepackt hatte, gegen den Himmel. Als ich ihn in den Mund steckte, stellte ich fest, dass der Geschmack dem entsprach, wie ich mich fühlte und die Welt sah durch den pinkfarbenen Bonbon gesehen genauso aus. So vereinten sich mit einem Mal Gefühl, Geschmack und Bild in einem Punkt gefühlter Glückseligkeit. Solche Momente bewusst zu erleben, ist für mich unbezahlbares Glück geworden. Sie sind nicht planbar und auch nicht vorausberechenbar. Doch wenn man sich darauf einlässt und sich ihnen hingeben kann, dehnen sie sich aus in eine gefühlte Ewigkeit und sie bleiben, bringen sich wieder in Erinnerung. Was für ein Glück!



3) Zum GLÜCK gibt es Musik

Musik vermag uns mit dem gefühlten Himmel zu verbinden. Dies geschieht bei mir sehr oft ganz spontan durch Straßenmusikanten. Es ist ein großes Glück, sich zur rechten Zeit am passenden Platz zu fühlen... weil gerade just in dem Moment jemand beginnt, zu Herzen gehende Musik zu spielen oder gerade ein Lied singt, was so ganz genau passt. Solche Momente so ganz und gar auszufüllen mit dem präsenden Sein in diesen Momenten... es ist für mich, als wäre ich im Himmel. Gerade erst letzte Woche durfte ich dies erleben hoch über den Dächern einer wunderschönen Stadt. Dort saß ein Mann mit seiner Frau und einem Hund. Er spielte Gitarre - so schön, dass ich nicht weiterlaufen konnte. Ich blieb stehen, schloss die Augen und fühlte ganz intensiv den lauen Sommerwind. Ich schenkte ihnen ein Glückskleekärtchen. Am nächsten Tag ging ich nochmals hin. Die Frau erkannte mich und fragte, ob ich ihnen den Glücksklee geschenkt hätte. Ich nickte. Sie lief kurz weg und kam mit einer CD zurück: die Gitarrenmusik ihres Mannes. Sie schenkte sie mir und ich war so berührt, dass ich Gänsehaut hatte und die Frau von Herzen umarmte. Ich lehnte mich an die gegenüberliegende Hausmauer und lauschte der Musik, während ich die CD an mein Herz presste, meinen Blick auf die Stadt in der Abendsonne richtete und mir Tränen aus den Augen kullerten. Höre ich die Musik-CD bin ich genau wieder dort und fühle diese Glückseligkeit dieser Momente dort im warmen Sommerwind.



photographer Ines Evalonja Donath
www.glueckszentrale.com

Ohne Raum, den wir uns und solchen Momenten geben, können sie nicht zu uns finden. Es kann noch so Wundervolles um uns geschehen, was für uns gedacht ist, wenn wir nicht mehr offen sind für diese Geschenke.

Wenn es plötzlich dunkel ist, wo es vorher hell war, sind wir wie blind. Wir verlieren - wenn wir uns nicht ganz genau auskennen - die Orientierung. Was hilft? Die Augen schließen, inne halten und dann langsam wieder die Augen öffnen. Dann haben sich die Augen langsam an die Finsternis gewöhnt und wir beginnen wieder Licht zu sehen und können uns neu orientieren. Ebenso ist es mit der „Fähigkeit“ Glück, Freude und Liebe wieder wahrzunehmen und zu fühlen. Inne halten und sich besinnen: Was möchte ich? Glück, Liebe, Freude? Ja? Dann stelle ich mich jetzt genau darauf ein. Ich fokussiere mich auf genau das und halte mit einem hoffnungsvollen, lichten Herzen Ausschau nach solchen Augenblicken. Sie begegnen uns allen - doch ob wir sie erkennen und bewusst wahrnehmen, liegt an unserer Offenheit dafür.

Wenn wir offen sind, dann braucht es manchmal nicht einmal Straßenmusiker oder andere Quellen, die uns Musik liefern, sondern wir hören in unserem Inneren Melodien und eines Tages möglicherweise unsere ganz eigene Herzensmelodie.



4) Fantasie

Vermagst du noch in Träumen zu schwelgen, dir etwas vorzustellen, was kaum vorstellbar ist? Kannst du dir noch Geschichten ausdenken, staunend Ereignissen gegenüber stehen? Wenn ja - HERZlichen GLÜCKwunsch. Unser Verstand ist brilliant im Feststellen von „Tatsachen“ und logischen Zusammenhängen, doch er bringt uns ganz oft auch um genau das, was dem Leben die Würze gibt, uns zwischen den Zeilen lesen lässt, Zwischentöne hörbar macht... was uns noch sein lassen kann, wie Kinder: Die Fantasie. Alles hat Namen und weil das so ist, haben wir auch immer mehr Probleme damit, etwas so zu beschreiben, dass ein anderer sich etwas vorzustellen vermag oder in etwa weiß, was ein anderer sagt. Stell Dir vor, niemand hätte einen Namen. Dennoch müssten wir kommunizieren und anderen mitteilen, wenn wir meinen. Ist es dir noch möglich, Personen zu beschreiben, Situationen die du erlebtest, Orte die du besuchtest... also so in den ganz schönsten Worten und Farben?

Die Freude lebt auch durch unsere Fantasie und Träume. Durch Gewohnheit und das stumpfe Einerlei lassen wir sie draußen vor der Tür.

Wer sich wundern kann und staunen, dem begegnen Liebe und Freude an jedem Tag in unterschiedlichster Form, der fühlt sich reich und gesegnet.

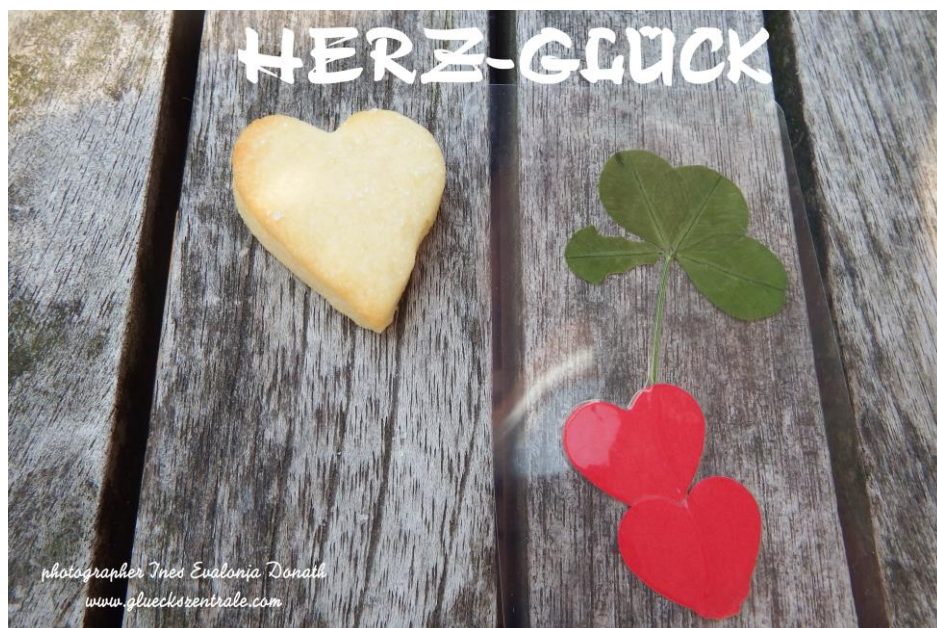
5) Zaubernüsse - es ist wieder Zeit...



Kürzlich fand ich diese 4 Zaubernüsse - sie erinnern in ihrem Anblick an Glücksklee. Ich freute mich wie ein kleines Kind und dachte: "Jaaaaaaaaaaaaa -

jetzt kann ich sie wieder sammeln und mit der Zaubernußgeschichte verschenken. Und das darfst auch du! Im Anhang habe ich das PDF angehängt. Einfach ausdrucken und 3 selbst gesammelte Haselnüsse hübsch verpacken mit der Geschichte und schon kannst du jemandem ein Lächeln ins Herz zaubern. Und wer weiß, was plötzlich im Leben der Beschenkten möglich wird, denn ich glaube ganz fest an die Kraft der Zaubernüsse!

(Für die, die diesen Newsletter als PDF erhalten... die Zaubernussgeschichte findest Du auf der Startseite meiner Homepage www.glueckszentrale.com als PDF-download.)



6) HERZGLÜCKMOMENTE



Kaffee aus Rosengeschirr

Ines Evalonja

Rosenträumerei



Geschichten, Gedanken, Poesie

Das neue Buch „Rosenträumerei“ in den Händen zu halten.
Ich hab es von Herzen lieb, weil es so besonders für mich ist.



Eiscreme namens "Amelie" - wer den Film "Die fabelhafte Welt der Amelie" kennt,
kann sich möglicherweise in etwa vorstellen, wie sie schmeckt! FABELHAFT!



Schmetterlinge beobachten



Dem Spielen von Kindern zuzusehen... Blätter werden zu Schiffchen und flitzen einen Wasserlauf hinab in eine Schleuse.



photographer Ines Ewalonja Donath
www.gluECKszentrale.com

Ein kleiner Markt mit zauberhaften Rastmöglichkeiten:
Decken, eine umgedrehte Holzkiste und darauf Flaschen
mit Blumen und Kerzen und ein Buch. Noch nie zuvor gesehen -
einfach und gerade deshalb so besonders.



photographer Ines Ewalonja Donath
www.gluECKszentrale.com

Ruhe und Frieden in der Natur.
Entdeckst du die Lichtspiegelung im Hintergrund der Rose? Ein HERZ.



Ein Bildnis von Jesus und Maria, welches ich auf einer Wanderung entdeckte. Auf dem Hinweg dachte ich: „Das fotografiere ich auf dem Rückweg.“ Dann hatte ich es völlig aus den Gedanken verloren. Als ich auf dem Rückweg war, hielt ich plötzlich an und war... ? Genau vor diesem Bildnis. Sowas empfinde ich immer als besonders großartig.



Herzensbegegnungen mitten im Alltag, die noch lange nachklingen.



Blütenprachten vor altherwürdigen Gebäuden.



Eine Orchidee die seit gefühlten Ewigkeiten blüht
und mich dadurch mit so viel Freude beschenkt.



photographer Ines Evalonja Donath
www.glueckszentrale.com

Zartrosa Blüten - es scheint sie flüstern mir direkt ins Herz, denn wenn ich sie ansehe, lächelt mein Herz und ich fühle so viel Wärme und Freude.

Dies waren nur einige Herzglücksmomente der letzten Zeit.

Wozu berichte ich von meinen besonderen Momenten? Damit du dich erinnert fühlst an deine bzw. anfängst, nach ihnen Ausschau zu halten. An jedem einzelnen Tag schenkt sich uns das Glück, doch wenn wir nicht offen dafür sind, verpassen wir all die Herzensberührungen, die uns die Liebe und die Freude schenken möchten.



7) Tipp

Immer im August gibt es den Sternschnuppenregen aus den Perseiden.
Die meisten der Sternschnuppen sind zu bewundern in der Nacht vom 11. auf den
12. August 2016.

Sollte der Himmel wolkenverhangen sein, dann bitte nicht traurig sein. Dann
haben wir die *Gelegenheit* einmal wieder unsere Vostellungskraft zu testen... Ja,
stellen wir uns einen Sternschnuppenregen in den herrlichsten Bildern vor - auch
das kann Freude bereiten.

Nähere Informationen hier:

http://www.t-online.de/nachrichten/wissen/id_74663626/perseiden-2016-beobachten-schauer-erreicht-maximum-am-11-august.html



Bildquelle: Braco Srebrnjak, Zagreb

8) Die Schönheit eines Blickes

Bald haben wir wieder die großartige *Gelegenheit* den Livestreamings mit
Braco`s gebendem Blick kostenfrei im Internet beizuwohnen.

Was können wir durch Braco`s Gabe in unserem Leben erhalten? Es kann all das zu uns finden, was mit keinem Geld der Welt zu erwerben ist und den größten Reichtum bedeutet: Liebe, Gesundheit, Frieden und Schutz.

Mögen sich immer mehr Menschen von dieser Kraft, die zu uns Menschen durch seinen Blick fließt, überzeugen und von ihr genährt werden. Unser Schicksal erleben wir selbst, doch die gefühlte Last kann uns genommen werden. Beim Eintauchen und Verbinden mit Braco`s Blick tauchen wir ein in die Stille. So kann der Wandel durch die Macht der Liebe in uns und außerhalb von uns seinen Lauf nehmen und das schönere Morgen für jeden Menschen wahr werden.

Die Livestreamings finden jeweils zur vollen Stunde von 17 bis 23 h statt am Dienstag, 30. August, Mittwoch, 31. August und Donnerstag, 1. September 2016.

Zu den Livestreamings gelangst Du hier:

<http://braco-tv.me/livestream.jsp>



9) Was ich Dir wünsche

Ich höre immer wieder: "Ich wünsche dir, was du mir wünschst..."

Diesen Wunsch hielt ich eine zeitlang für gut. Doch bei näherem Hinsehen, erkannte ich, dass das nicht in jedem Fall so ist, denn wenn mir jemand nichts Gutes wünscht, würde ich ihm dann auch nichts Gutes wünschen.

Ich jedoch wünsche jedem Menschen das für ihn Beste. Mögen wir alle glücklich werden dürfen, Freude fühlen und Liebe. Mögen alle Menschen die Sonne auch in sich fühlen!



An einem Abend schrieb ich: „Obwohl ich müde bin, sitze ich draußen. Macht das Sinn? Ja - ganz offensichtlich, denn ich fühle mich wohl an der Luft. Ich höre das Zirpen der Grillen, bewundere den sich einfärbenden Abendhimmel und genieße es, am Leben zu sein. Gedanken möchten sich mitteilen. Meine Finger fliegen über die Tasten des Laptops. Ein neues Buch ist am Entstehen. Freude, wenn sie da ist, beflügelt das Tun und lässt uns trotzdem ganz in uns ruhen und die Liebe fühlen, die befähigt, zu berühren. Das zu lieben, was man tut, enthebt aus der Zeit.“

Was für ein wunderschöner Sommer! Ich fühle mich reich beschenkt durch soooooooooo vieles. Alles darf sein - Sonne und Regen - eine üppige Natur. Die Tage werden schon wieder kürzer.

Noch ist Zeit, die Wärme der Sonne zu genießen und zu nutzen. Noch ist Zeit, die lauen Abende im Freien zu verbringen und bei sternenklarer Nacht den Himmel zu bestaunen, Sternschnuppen Wünsche zuzuflüstern.

Wo immer du auch bist - ich wünsche Dir noch herrliche Sommertage mit beglückenden Augenblicken, berührenden Begegnungen und gefühlter Freude. Möge sich für alle das Beste ereignen dürfen und wir offen werden/sein für all das Schöne und Wertvolle und all die Möglichkeiten die sich uns bieten zum Glücklichsein, anderen hilfreich zu sein, die Liebe zu entdecken und zu fühlen.



Möge der ganze himmlische Schutz und Segen immer mit uns sein.

Herzensgrüße - schön, dass es uns gibt.

Ines Evalonja

www.glueckszentrale.com