



Hey,

bist du manchmal auch so verbohrt wie ich?
Jahrelang sage ich: »Geh mir weg mit fester Seife, mag ich gar nicht.«
Jetzt sag ich: »Flüssigseife? Bin ich verrückt?«

Mut-mach-Seife

Heute geht es ein wenig um meine Erfahrungen mit Seife, aber vor allem möchte ich damit meine Gedanken veranschaulichen. Nutz du bitte weiterhin die Seife, die für dich gut ist. Wobei ich dich auch gerne einladen mag, Neues auszuprobieren, wenn du das möchtest.

Aber zurück zu meinen verbohrten Gedanken. Manchmal kommt es bei mir vor, dass ich etwas auf gar keinen Fall und unter keinen Umständen nie, niemals, nicht möchte. »Geh mir einfach weg damit und lass mich in Ruhe, mag ich nicht!«, denke ich dann. Vielleicht kennst du so etwas auch von dir.

Eine Zeitlang gehörte feste Seife bei mir dazu. Ich mochte dieses Gefühl beim Händewaschen nicht und irgendwie fand ich das einfach doof, auch wenn es damals sehr hübsche Seifenstücke gab.

Irgendwann kam dann der Punkt, dass ich mir Gedanken über mehr Nachhaltigkeit machte und was ich verbessern könnte. Weg von Flüssigseife war ein Punkt, der immer wieder empfohlen wurde, weil die z.T. Mikroplastik enthält und vor allem das Wasser in der Seife mit transportiert werden muss. Bei fester Seife ist beides nicht der Fall.

Tja, da stand ich dann. Ich wollte einfache Dinge im Alltag umsetzen, um etwas für den Umweltschutz zu tun, aber die Seife wechseln? Sollte ich wirklich über meinen Schatten springen? Am Ende habe ich mich dafür entschieden (warum genau kann ich nicht sagen, ich glaube, es hing damit zusammen, dass das Rosenherz im Bioladen so gut roch).

Nach und nach habe ich mich daran gewöhnt, dass das Gefühl beim Händewaschen etwas anders ist, und es störte mich nicht mehr. Für mich war das ein tolles Gefühl: Über meinen Schatten gesprungen, ich kam mit der Seife klar und tat etwas für den Umweltschutz.

Letzte Woche bin ich zeitweise wieder auf Flüssigseife umgestiegen, weil ich mir mit einem Gemüsehobel in den Finger geschnitten habe (tat erstaunlich wenig weh und wächst sehr gut zu). Flüssigseife war leichter zu verteilen, aber schnell habe ich gemerkt: »Besser nicht für mich.« Meine Hände sind wieder aufgesprungen (kannte ich von früher), die Haut wurde total rau und es war einfach doof.

Heute weiß ich also, dass die feste Seife, vor der ich mich früher so gesperrt habe und die ich auf keinen Fall nutzen wollte, wenn es anders geht, jetzt mein Favorit ist. Gerade mit Schafsmilch im Winter habe ich überhaupt keine Probleme mehr, dass mir die Hände wegen der Kälte aufspringen. Auch Haarseife (da musste ich lange suchen, bis ich die Passende gefunden habe) ist für mich viel besser. Endlich brauche ich nicht mehr noch Spülung und Co., damit ich gut bürsten kann.

Mein Fazit dieser Erfahrung ist, dass ich manchmal viel zu verbohrt bin, um Unbekanntes oder vermeintlich Doofes auszuprobieren. Das möchte ich ändern, weil ich durch die Seifenerfahrung für mich erkannt habe, dass ich so eine viel bessere Vergleichsmöglichkeit habe und womöglich wahre Schätze auf mich warten, wenn ich mich traue, sie zu entdecken. Jetzt bin ich doppelt froh und noch begeisterter von meiner Entscheidung vor gut zwei Jahren.

Schattensprünge

Heute habe ich zum Thema »über den eigenen Schatten springen« noch eine Kurzgeschichte mit einem Maulwurf und einigen Glühwürmchen für dich ([klicke hier, um das PDF dazu herunterzuladen](#)).

Manchmal brauchen wir viel Mut, um neue Wege auszuprobieren und unseren Träumen weiter zu folgen. Aber häufig lohnt es sich für mich, eine andere Richtung einzuschlagen, weil daraus spannende und interessante Dinge entstehen können. So geht es auch den Glühwürmchen und dem Maulwurf.

Jetzt möchte ich dir eine schöne Rest-Woche wünschen und ich hoffe, dir gefällt die kleine Maulwurf-Glühwürmchen-Auszeit.

Vielleicht gibt es aktuell Situationen, in denen du über deinen Schatten springen möchtest? Ich wünsche dir, dass du dafür die passenden Schritte für dich wählst, um deinen Träumen entgegenzuspringen.

Alles Liebe,
Laura Kier

zur Phoenixpost anmelden: www.weltenpfad.net/phoenixpost

Laura Kier
In der Schanze 29
46242 Bottrop
phoenixpost@weltenpfad.net