

Glaube an dich



Verfasst von Daniel Grippo

Illustriert von R. W. Alley

Aus dem Amerikanischen von Anja Schmidtke

SILBERSCHNUR  **VERLAG**



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originally published in the USA under the title “Believe-in-yourself Therapy” Copyright der Originalausgabe: Text © 2005 by Daniel Grippo; Illustrations © 2005 by Saint Meinrad Archabbey; published by CareNotes, St. Meinrad, Indiana 47577

Copyright der deutschen Auflage © 2020 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-643-2

1. Auflage 2020

Satz: XPresentation, Güllesheim

Übersetzung: Anja Schmidtke

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Güllesheim
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Vorwort

Manchmal wirft das Leben uns völlig aus der Bahn. Ob es der Tod eines geliebten Menschen ist, eine schwere Krankheit oder Verletzung, der Verlust der Wohnung, des Jobs oder einer kostbaren Beziehung – Rückschläge und Verluste erleiden wir alle. In solchen Zeiten können wir unsere Fähigkeiten oder unser Urteilsvermögen anzweifeln, unser Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl können ins Bodenlose stürzen. Wir können uns verloren, durcheinander oder innerlich leer fühlen.

Dieses kleine Buch mit behutsamen Meditationen bietet Hoffnung, Ermutigung und einfache Schritte, die du oder ein geliebter Mensch unternehmen könnt, um dein Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen wieder aufzubauen.

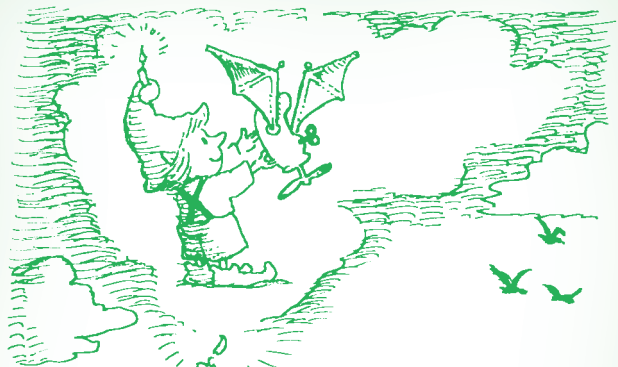
Die Wahrheit ist: Du besitzt schon alles, was du brauchst, um wieder heil zu werden, dich neu anzupassen und vertrauensvoll voranzugehen. Du brauchst dich nur wieder mit der Güte und den Möglichkeiten in dir und um dich herum zu verbinden.

Dieses Buch ist dafür gedacht, dir zu helfen, mit neuem Selbstvertrauen weiser und stärker voranzugehen und das Leben wieder zielgerichtet und freudig zu umarmen. Glaube an dich selbst, alles andere wird folgen!

1.

*Weißt du noch, wie wir als Kinder
glaubten, alles sei möglich?*

*Wir liefen mit dem Wind um die
Wette, bauten Luftschlösser
und waren König der Welt!*



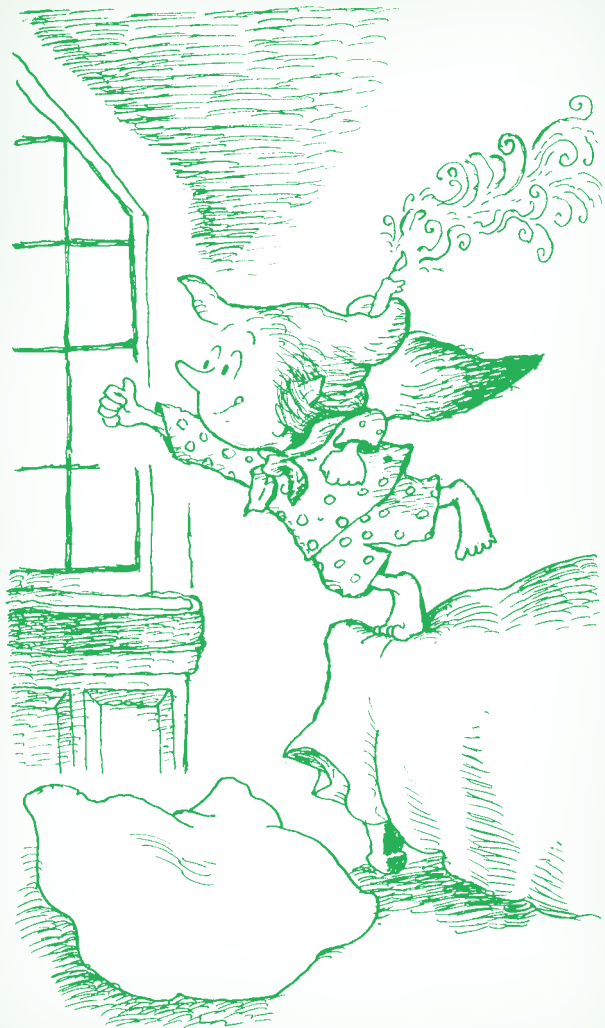
2.

*Alle Türen des Lebens standen uns
weit offen, als wir jung waren.*

*Wir konnten Arzt werden, Athlet,
Feuerwehrmann, Heiliger,
Astronaut oder sogar Präsident!*

Unsere Eltern sagten:

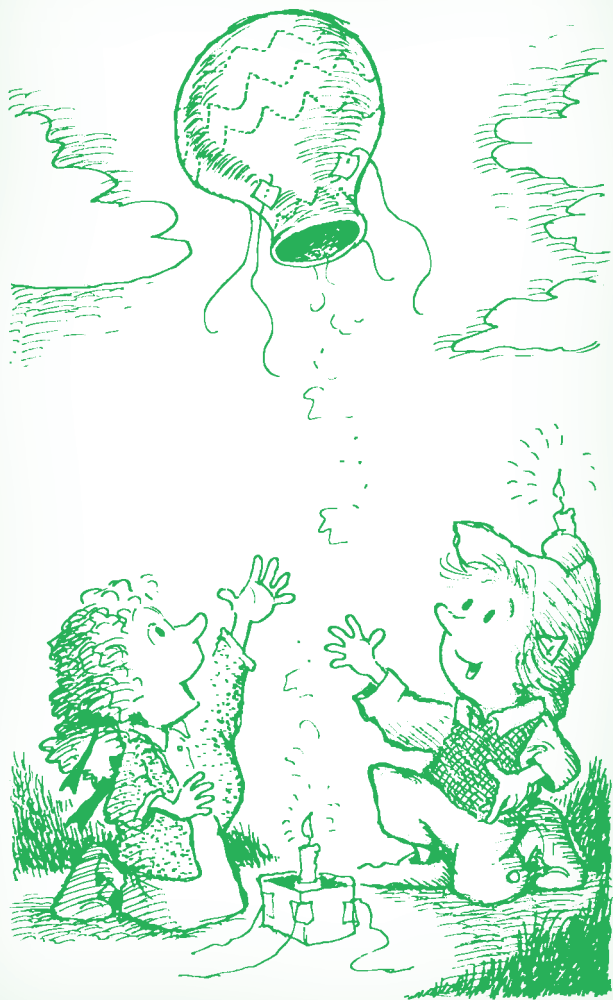
*“Arbeite fleißig, dann wird die
Welt dir gehören.”*



3.

Es ist gut zu träumen.

*Träume helfen uns zu wachsen,
die Flügel auszustrecken und
unseren Weg in der Welt zu finden.
Und es ist wichtig, dass wir mit
einem gesunden Glauben an unsere
Fähigkeiten und unser Gutsein ins
Leben starten.*



4.

Aber während wir erwachsener werden, begegnen uns auch Rückschläge und Verluste.

Wir erkennen, dass wir nicht allmächtig sind und nicht immer alles nach unseren Wünschen läuft.

Es geschehen Dinge, die wir nicht ändern können, und wir machen Fehler, die wir nicht mehr so einfach korrigieren können.



Die Geschichte der Elfenhelfer-“Elfen”

Die einnehmenden Gestalten aus der Elfenwelt, welche die “Elfenhelfer”-Publikationen des Silberschnur-Verlages bevölkern, erschienen erstmals 1987 auf den Seiten eines kleinen Selbsthilfe-Buches des Verlags One Caring Place, St. Meinrad, Indiana, das sich “Sei-gut-zu-Dir-Therapie” nannte.

Von den Mitarbeitern des amerikanischen Verlags liebevoll gestaltet und entworfen, erblickten die “Elfenhelfer” in der englischsprachigen Reihe “Elf-Help-Books” mit einem auf Deutsch nicht gänzlich wiederholbaren Wortspiel zwischen Elf-Help (Elfen-Hilfe) und Self-Help (Selbst-Hilfe) das Leben.

Dank der einfallsreichen Illustrationen von R. W. Alley erlangten die kleinen Wesen ihre endgültige Gestalt und lebten erstmals die sanften Ratschläge der Autorin Cherry Heartman (und später vieler weiterer Verfasser) mit Charme, Treffsicherheit und Humor vor.

So haben die “Elfenhelfer” begonnen, uns mit erhellenden Einsichten und Aussichten zu helfen, das Leben lichter und unmittelbarer zu sehen. Unter der Devise “Heller statt schneller” geben sie uns Hilfsmittel an die Hand und ans Herz, die sich als nahrhaft für das Gedeihen unseres eigentlichen Wesens und als wesentlich für unser Dasein erweisen. Daher auch der Name “Elfenhelfer”, der zeigen soll, dass wir erhellende Gedanken und Hilfe durch die liebevollen Elfen erhalten. Sie bereichern uns mit Gefühlen und Hinweisen, die unseren seelischen Himmel aufklären können und die mit der warmen Weisheit und dem leuchtenden Gewahrsein unserer Herzen in wohlthuende Resonanz treten.

Der Widerhall bei den Lesern war so enthusiastisch, dass bald schon mehr Elfenhelfer-Selbsthilfebücher auf dem Weg waren; eine immer noch wachsende Reihe, die auch eine Anzahl verwandter Geschenk- und Gedenk-Artikel – und inzwischen auch eine Elfenhelfer-Reihe für Kinder – inspirierte.

Dem überaus liebenswerten Charakter des kleinen männlichen Elfen der ersten Bücher, der mit Vergnügen seine Elfenmütze trägt, die von einer lebhaften, alle Stimmungsänderungen mitmachenden Kerze gekrönt ist, hat sich inzwischen ein beherztes weibliches Elfenwesen mit Blumen im Haar angeschlossen.

Diese zwei überschwänglichen, feinfühlig, findigen, warmherzigen und liebenswerten Geschöpfe – zusammen mit ihrer lebhaften Elfengemeinschaft aus kleinen und großen Elfen – berühren und enthüllen uns, was wirklich wichtig ist. Sie senden uns Botschaften von Freude und Verwunderung, von spielerischer Munterkeit und von Mitschöpfung, von Ganzheit und heiterer Gelassenheit – Botschaften vom Wunder des Lebens und vom Mysterium der göttlichen Liebe.

Die feinfühlig Elfen helfen uns, den oft schwierigen Alltag und die Anforderungen des modernen Lebens zu meistern, indem sie uns mit einer Prise zauberhafter Nostalgie dazu bewegen, auch einmal einen Gang zurückzuschalten, das Leben gelassener zu sehen und allem mit Ruhe und Bedacht zu begegnen. Mit verschmitzter Stimmigkeit, launiger Weisheit und großer Herzenswärme demonstrieren die zauberhaften Elfen mit den etwas längeren Nasen so den Elfenhelfer-Weg zu einem reichen und erfüllenden Leben.