

Fröhliche Weihnachten
& ein frohes neues Jahr



Rosa Herbert Wilke Helmut Zieffs G. V. V. M. F. W. E. Jan
Peter C. Anika Schmidt J. G. Pascal Yllert Simon D. H. K. Maria T.
D. J. André W. A. G. Peter H. H. K. Ines P. L. K.



boote polch
TRABEN - TRARBACH

Weihnachten 2016

liebe Kunden, liebe Bootsfreunde,
wie jedes Jahr um diese Zeit möchte ich ein paar
Wahrnehmungen, die mich im Herzen berührt
haben mit Ihnen teilen. Wann können wir am
besten problemfrei denken, ich glaube, wenn wir in
der Natur sind. Weißt Du, was so entspannend
an einem Fluss, Meer oder Wald ist. Es sind nicht
die Bäume, die Wellen sondern Dein urteilfreies
Wahrnehmen. Du stehst nicht vor einer alten
Rinnigen Eiche und denkst. Dieser Baum hat aber
ein fettes Problem. Er ist übergewichtig, wächst
zu langsam und hat auch noch so viel Falten. Bei
der Flussbiegung denkst du nicht, die müßte jetzt
gerade sein, bei der Welle, die ist zu schräg, zu
lang, zu breit, zu dünn. Du läst die Eiche, die
Welle und die Natur so wie sie ist und so schenkt
sie Dir einen Einblick in ihre wahre Schönheit.
Kein Urteil, Reine Anstrengung. Das ist, was die
Natur für uns so heilsam macht, wir lassen los
und genießen. So wünschen wir Ihnen für das
Jahr 2017 viel Zeit in der Natur zum Loslassen
und entspannen.
Danke für Ihre Aufträge im Namen des gesamten
Boote Polch Teams.



boote polch
TRABEN - TRARBACH

Weihnachten
2016

Als ich neulich diese Gedanken las, mußte ich sehr schmunzeln. Wer Rennt ihn nicht den inneren Nörgler. Immer versucht er es dein Leben ein bißchen zu vermissen. Der Trick des Nörglers besteht darin, dich immer wieder in einen Dialog über deine Schwächen und Begrenzungen zu verwickeln. Ihm ist es egal, ob Du ihm glaubst oder widerspichst, ihn interessiert nur Deine Aufmerksamkeit, denn durch die bekommt er Energie und existiert weiter. Versuche nicht den Nörgler zu besiegen. Dein Widerstand nährt ihn nur. Versuche einmal ihn durch einen machtvollen Gedanken schadhaft zu setzen. Der heißt „Na und“.

Probiere es mal aus: der innere Nörgler macht nur vor dem Einschlafen: „Na hast du heute mal wieder nicht alle Aufgaben erledigt.“
Deine Antwort: „Ja stimmt, gut beobachtet von Dir.“
Na und! Viele sind glücklicher, gelassener, ruhiger als du. Das mag stimmen, na und!
Ich glaube, es bereitet viel Spaß mit dem Nörgler so umzugehen. Probiert es aus.

In liebe
Christa Pola