



Leseprobe

Stefanos Xenakis

Das Geschenk

Geschichten über die
Schönheit des Lebens

Bestellen Sie mit einem Klick für 17,00 €



Seiten: 336

Erscheinungstermin: 17. Mai 2021

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Erkenne den Zauber jedes Augenblicks

Das Leben ist ein Geschenk – wenn wir nur unsere Augen und unser Herz für die kleinen Wunder des Alltags öffnen. Genau das tut der griechische Bestseller-Autor Stefanos Xenakis in seinen Geschichten über die Schönheit und den Zauber des Lebens. Dabei geht es um Dankbarkeit, Mitgefühl, Verbundenheit und Liebe. Aber auch darum, dass es an uns liegt, ob wir die Geschenke des Lebens erkennen und wertschätzen können. In diesem Sinne wirken die Geschichten wie Herzöffner, an denen wir uns erfreuen können. Wir reflektieren aber auch unsere eigenen Werte, Entscheidungen und inneren Haltungen. Ein Buch, das uns auffordern will, Verantwortung zu übernehmen und unser Leben in die Hand zu nehmen!



Autor

Stefanos Xenakis

Stefanos Xenakis ist Trainer für Persönlichkeitsentwicklung und Personalentwicklung, ein Social Media Phänomen mit großem Charisma und Griechenlands bekanntester Lebenshilfeautor. Mit »Das Geschenk« landete er auf einem Spitzenplatz der griechischen Bestsellerliste und blieb dort über 80 Wochen lang. Er ist ein gefragter Interview-Partner und gehört mittlerweile auch zur Riege international bekannter Speaker (z. B. TEDtalks). In Griechenland tourt er mit seinem Workshop »13 stories that can change your life« und arbeitet am zweiten Band von »Das Geschenk«. Der Autor ist stolzer Vater von zwei Töchtern.

Stefanos Xenakis

Das Geschenk

Geschichten über die Schönheit
des Lebens

Aus dem Griechischen
von Susanne Lötcher



Sodann lernte ich, Entscheidungen zu treffen. Mir wurde klar, dass *ich* Entscheidungen treffe. Ich lernte, mit erhobenem Kopf und einem Lächeln auf dem Gesicht durchs Leben zu gehen, meine Wahrheit auszusprechen, nette Worte zu finden. Nachzudenken, bevor ich etwas sagte, und hart für meinen Traum zu arbeiten. Ich begriff, dass mir das Leben nicht geschenkt wird, sondern dass ich selbst etwas dafür tun muss. Tag für Tag, Minute für Minute.

Ein Onkel, den ich sehr mag, sagte immer: »Das Essen ist nur so lange da, wie du es im Mund hast. Kau es deshalb gut. Einmal geschluckt, ist es weg, fort.« So ist auch das Leben. Ich habe gelernt, es gut zu kauen und zu genießen, so wie das Essen meiner Mutter, dessen Duft früher das ganze Haus erfüllte. Ich lernte, nicht gedankenlos dahinzuleben, sondern mich auf das Leben einzulassen. Ein Bauer, so heißt es in einer Geschichte, war dabei, seinen Acker umzugraben, als seine Hacke auf etwas Hartes stieß und zerbrach. Zuerst ärgerte er sich, grub dann aber weiter, um herauszufinden, was es war. Es war eine Kiste. Der Bauer öffnete sie und fand darin einen Schatz. Ich lernte also, wie der Bauer die Kisten zu öffnen, die mir das Leben schenkte, auch wenn mir die Verpackung nicht gefiel. Ich entdeckte, dass die besten Geschenke nicht schön verpackt sind und das Leben selbst ein Geschenk ist.

Schließlich lernte ich, meine Fehler zu akzeptieren, sie zu respektieren und zu lieben – und damit auch mich selbst zu lieben. Darin lag für mich der Schlüssel. Statt zu versuchen, weniger Fehler zu machen, gab ich mir die Erlaubnis, mehr Fehler zu machen. Und dann machte ich weniger.

Vor zehn Jahren begann ich mit einem Journal der Wunder. Man könnte es auch Dankbarkeitsjournal nennen.

LILI

Ich war beunruhigt. Um sieben Uhr früh läutet mein Telefon normalerweise nicht. Meistens rufe ich meine Töchter an, um ihnen guten Morgen zu sagen, aber erst später. Meine ältere Tochter war dran. Sie weinte und schluchzte.

»Papa, Lili ist gestorben. Ich habe sie heute Morgen tot in ihrem Käfig gefunden.«

Lili war ihr Kaninchen.

Schluchzen.

Ich: keine Reaktion.

»Avra, Schatz, wie viele Jahre hatten wir Lili?«

»Noch nicht so lang, Papa, fünf oder sechs Jahre.«

»Hör mal, Avra ... so lange leben Kaninchen nun mal«, sagte ich so dahin.

Schluchzen.

»Liebes, von dem Moment an, wo wir geboren werden, wissen wir nur eines sicher: dass wir sterben werden. Lili hat mit ihren sechs Jahren mindestens hundert Menschenjahre gelebt, hat Junge bekommen und ein glückliches Leben gehabt, hat geliebt und wurde geliebt. Nur wenige Menschen haben so ein schönes Leben gehabt wie Lili, mein Kind.«

Stille am anderen Ende.

»Wir werden alle einmal von hier fortgehen, mein Liebes. Lili hat hundert Menschenjahre gelebt. Wie viele Jahre willst du leben? Zweihundert? Dreihundert?«
Ein verhaltenes Kichern ...

Jeder Anfang hat ein Ende.
Jedes Ende ist ein neuer Anfang.

Kinder sollen das Leben schon von klein auf voll mitbekommen, nicht nur oberflächlich. Also nahm ich die Schaufel meines Vaters und die Schachtel mit Lili und holte die Kinder von der Schule ab. »Was meint ihr beiden, wollen wir sie miteinander begraben?« Die Kleine antwortete sofort. Die Große schluckte und nickte schließlich. Wir fuhren zu unserem Lieblingshügel im Athener Stadtviertel Vouliagmeni, von dem aus man sehen kann, wie sich das Meer am Spätnachmittag in Gold verwandelt.

Lange suchten wir nach einer geeigneten Stelle im Erdreich. Ich grub ein Loch und nahm Lili vorsichtig aus der Schachtel. Sie war in Seidenpapier gewickelt, wie eine kleine Braut. Als ich sie hochhob und sie in ihr Grab legen wollte, kam mir meine ältere Tochter zuvor, nahm mir Lili aus der Hand, wie eine Mutter, die ihr Kind in den Arm nehmen will, entfernte vorsichtig das Papier, hob Lili dicht an ihr kleines Gesicht und gab ihr einen Abschiedskuss. Erst dann bettete sie das Kaninchen behutsam in sein Grab und gab ein paar Salatblätter dazu, damit es nicht zu hungern brauchte.

Während mein Freund redete, schaute ich ihn an und empfand seinen Schmerz mit ihm. Manches im Leben halten wir für selbstverständlich, auch unsere Eltern. Dabei sind sie es nicht. Eines schönen Tages sind sie nicht mehr da, und wir bleiben zurück mit dem, was wir ihnen schuldig geblieben sind, und mit allem, was wir ihnen sagen wollten und nie gesagt haben. Falls deine Eltern noch leben, dann geh und besuche sie. Heute.

Nimm deine Eltern in den Arm.

Habe keine Angst davor.

Und sage ihnen, wie sehr du sie liebst.

Sie haben so viel für dich getan.

Erst wenn du selbst Kinder hast, wirst du verstehen, wie viel.

Und sie haben keine Gegenleistung dafür verlangt.

Sie wollen nur, dass du sie ebenfalls liebst.

Mehr nicht.

Zeig ihnen deine Liebe.

Sie haben Fehler in bester Absicht gemacht.

Verzeihe sie ihnen.

Auch ihre Eltern haben Fehler gemacht.

Und auch du wirst bei deinen Kindern welche machen.

Und es wird ein Tag kommen – und das wünsche ich dir –, wo auch deine Kinder dich in den Arm nehmen werden.

Um dir zu verzeihen.

Liebe deine Eltern!

So wie du deine Kinder liebst.

Denn wenn es deine Eltern nicht gäbe, gäbe es deine Kinder nicht.

Dann gäbe es dich nämlich nicht.

»Kaugummi?«

Zweimal im Jahr gehe ich zu ihm. Er ist mein Anwalt und hat sich auf Konkursfälle spezialisiert. Deshalb tauchen hin und wieder schräge Gestalten in seiner Kanzlei auf. Das sind nicht immer die anständigsten Typen. An jenem Tag war ich pünktlich. Makis hat immer viel zu tun, und man muss im Wartezimmer warten. So wie beim Zahnarzt. Ein Typ kam rein und setzte sich neben mich. Ich beachtete ihn nicht, sondern warf ihm nur einen flüchtigen Blick aus den Augenwinkeln zu. Kinnbart, Lächeln, freundliches Aussehen, ein netter Mensch.

Die Sekretärin fragte uns, ob wir etwas Wasser wollten. Ich sagte Nein, der andere Ja. Da überlegte ich es mir noch mal. Ich lächelte ihm zu, irgendetwas zwischen Freundlichkeit und Verlegenheit. Er erwiderte mein Lächeln, und langsam schmolz das Eis. Kurz darauf steckte er die Hand in seine Tasche und sah dann zu mir.

»Kaugummi?«


»Nein, danke«, erwiderte ich reflexartig.

Dann bat der »Zahnarzt« mich herein, und ich verlor den anderen aus den Augen.


Das Gespräch verlief gut.

Später fiel mir die Sache mit dem Kaugummi wieder ein. Sie verlied dem Tag seine eigene Qualität, wie ein Sonnenstrahl, der sich durch die Wolkendecke schiebt.

Ist doch bedeutungslos, wirst du sagen.



Mit anderen Menschen etwas
teilen ist nie bedeutungslos.
Es ist immer etwas ganz
Besonderes, etwas Heiliges.



Teilen ist gelebte Liebe. Es hat eine heilende Wirkung, besonders für den, der etwas hergibt. Was du gibst, ist nicht so wichtig. Egal ob ein Auto oder ein Buch, die Freude ist dieselbe.

Entweder teilst du mit anderen oder nicht. Es gibt keine Grauzone. Es ist entweder Schwarz oder Weiß. Entweder kannst du Ball spielen oder nicht. Das Gute daran ist, dass du es jederzeit lernen kannst. Und wenn du lernst zu teilen, kannst du gar nicht mehr anders leben. Es wird zu einer Gewohnheit. Wie der Alkohol. Wenn man ihn dir wegnimmt, stirbst du.

Du wirst nie erfahren, wie dein Tag, deine Woche und letztlich dein Leben verlaufen wird, wenn du dieses eine Wörtchen »Danke« nicht sagst. Wenn du nicht für einen Fußgänger anhältst und einem Fremden kein Lächeln schenkst. Was die andere Person damit macht, ist ihre Angelegenheit. Bleib du bei deinen Angelegenheiten. Was du dabei gewinnst, ist magisch. Teilen wird dein Leben verändern. Du wirst schöner, fühlst dich wohler und blüht auf. Auf einmal wirst du alles haben, was du begehrt hast.

festgehalten hatten. Wie sich herausstellte, waren es nur 3 Prozent, während 97 Prozent keine Ziele hatten oder ihre Ziele nicht aufgeschrieben hatten. Dreißig Jahre später machte man sie wieder ausfindig, um zu erfahren, was sie erreicht hatten. Nun, die 3 Prozent, die ihre Ziele auch schriftlich festgehalten hatten, hatten in finanzieller Hinsicht so viel erreicht wie die übrigen 97 Prozent zusammengenommen.

Ja, je konkreter du deine Zukunft planst, desto wahrscheinlicher ist es, dass sie so und nicht anders eintreffen wird. Ziele bringen die Zukunft in die Gegenwart, sie machen das Unsichtbare sichtbar.

Wir planen unsere Ferien besser als unser Leben. Unser Leben überlassen wir dem Zufall und leben ziellos dahin. Es kann nur den Koordinaten folgen, die wir vorher eingegeben haben. Und irgendwann ist es kurz vor zwölf, und du sagst, das Leben habe dich ungerecht behandelt. *Du* hast das Leben ungerecht behandelt und dich selbst obendrein. Unsere Ferien organisieren wir bis ins letzte Detail: bei welchem Reiseveranstalter wir buchen, mit welcher Airline wir fliegen, welches Hotel wir nehmen, welche Sehenswürdigkeiten wir besichtigen. Du behandelst dein armes Leben wie ein ungemachtes Bett. Jeden Morgen ärgerst du dich, wenn du es anschaut. Aber trotzdem machst du dein Bett nicht, und von allein macht sich dieses verflixte Bett auch nicht.

Alle erfolgreichen Menschen hatten Ziele, und zwar richtig große. Sie wollten die Welt verändern und wussten genau, was sie erreichen wollten. Und sie haben es erreicht. Gleich zu Beginn legten sie die Koordinaten fest und machten sich an die Arbeit. Ihre Vision war in ihren Köpfen und ihrer Seele so lebendig, dass sie für sie schon Wirklichkeit geworden war, lange bevor auch andere sie


Cruella de Vil

Sonntagabend. Es gelingt mir, noch vor Ende der Woche schnell ein letztes Mal joggen zu gehen. Es ist acht Uhr abends, und als ich anschließend nach Hause fahre, halte ich noch kurz bei einem Café im Athener Stadtteil Glifada an, um mir eine Flasche eisgekühltes Wasser zu kaufen. Ich parke in zweiter Reihe. Der Tresen ist gut zu sehen, nur wenige Meter von meinem Auto entfernt. Zugegeben, ich habe nicht gerade gesetzeskonform geparkt, aber dafür werde ich nicht gleich lebenslänglich bekommen.


Gerade will ich aus meinem Smart aussteigen, da spüre ich, wie mich jemand mit dem Blick fixiert. Wäre ich ein Stück Metall gewesen, hätte irgendwo ein Magnet auf mich gewirkt. Ich schaue mich um. Bei dem Auto, das ich zugeparkt habe, ist das Fenster auf der Fahrerseite offen. Die Lenkerin hat die Hand am Steuer und nagelt mich mit tödlichen Blicken fest. Wie eine Tigermama, wenn ihr Junges in Gefahr ist. Aus ihren Augen spricht Wut, aus den zusammengezogenen Brauen zucken Blitze. Sie sagt etwas, aber ich kann es nicht hören. Ich meine, sie zeigt mir sogar einen Vogel. Sie ist wütend und beleidigend. Ich spüre ihren Stachel, reagiere aber nicht. Sie kann eigentlich nicht auf mich wütend sein, sondern wohl eher auf sich selbst. Ich lasse den Motor an und will den Rückwärtsgang einlegen, um sie aus der Parklücke zu befreien.

Und da geschieht das Unglaubliche: Ich bekomme den Rückwärtsgang nicht rein. Noch ein Versuch. Es geht nicht. Diese Frau hat auch mein Auto mit einem Fluch belegt. Das passiert mir mit meinem Smart zum ersten Mal. Ich bin fassungslos. Die Dame ist völlig außer sich und zeigt mir erneut den Vogel. Ihr heißer Zorn ergießt sich über alles. Sie macht ein abruptes Manöver, um rauszufahren. Ich würge den Motor ab, um dem Smart eine kurze Pause zu gönnen, und lasse ihn noch mal an. Endlich springt er wieder an. Und schon ist die Frau à la Cruella de Vil davongeprescht.

Früher hätte ich mich vielleicht mit ihr angelegt, aber heute tue ich das nicht mehr. Ich weiß, wie kostbar meine Energie ist, und hüte sie wie meinen Augapfel. Ich weiß, wie ich meine Wut im Zaum halten und toxischen Menschen aus dem Weg gehen kann. Ich weiß, dass die Wut dieser Frau nichts mit mir zu tun hat. Und egal, was ich getan hätte: Es hätte nichts genutzt, das weiß ich.



Inzwischen weiß ich, was ich
beeinflussen kann und was nicht.
Bei Dingen, die ich beeinflussen
kann, gebe ich alles.
Aus Dingen, die ich nicht
beeinflussen kann, halte ich
mich raus.



kehren wir in die Kabine zurück und erzählen uns Geschichten beim Mondschein. Die beiden wollen ihre Lieblingsgeschichten hören. Wirklich alle. Ich weiß nicht, wer sich mehr danach sehnt: sie als Zuhörerinnen oder ich als Erzähler. Sie schlafen immer mitendrinnen ein. Ich zwänge mich mit der Jüngeren ins obere Bett. Sie liegt innen, damit sie nicht rausfällt. So wie meine Mutter es mit mir machte, als ich sechs Jahre alt war. Um 4.30 Uhr – mitten in der Nacht – werden wir unsanft geweckt. Die Stewards klopfen an die Tür, denn wir sind gleich in Chios. Sie schalten das Licht ein, damit wir nicht wieder einschlafen. Kurz wällt Ärger auf, verfliegt aber sofort wieder. Ich stehe als Erster auf, damit ich die Mädchen rechtzeitig wecken und umarmen kann, so wie mein Vater es immer machte.

Im Dunkeln machen wir uns auf den Weg zum Hotel und kommen an den drei alten Mühlen vorbei, die rechter Hand stehen. Meine Jüngere erklärt ihrer Schwester, die fest neben ihr schläft, was die Mühlen sind. Mit Mühe unterdrücke ich ein Lachen. Ein Stück weiter steht die Statue des verschwundenen Seemanns. Hier ging meine Lieblingstante früher spazieren. Heute schlendert sie irgendwo im Paradies herum und lächelt über unsere Eigenheiten.

Wir kommen im Hotel an. Die Kleine schiebt mit einer Hand ihren Koffer und mit der anderen ihren Roller. Sie weigert sich hartnäckig, ihn im Auto zu lassen. Im Dunkeln beschreibt der Roller mit seinen fluoreszierenden Rädern Achter, wie meine Tochter. Aber nur sie begreift, wie wichtig es ist, seinen Roller nicht allein zu lassen. Nur sie ist sich über den Reichtum ihrer kindlichen Welt im Klaren.

