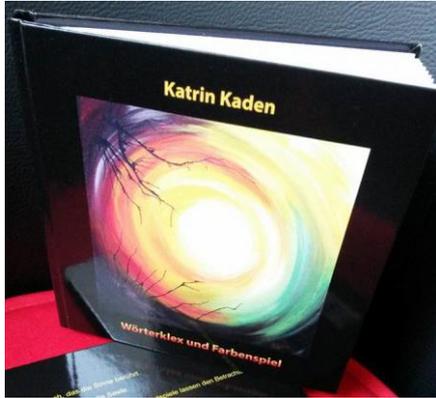


## Wörterklex und Farbenspiel:



ISBN 978-3-906826-01-1 [www.dicad-verlag.ch](http://www.dicad-verlag.ch)

## Wie Scherben Glück bringen.

Es gab eine Zeit, da lag mein Leben in Scherben. Ich war verzweifelt, traurig und die Angst vor der Zukunft krallte sich in jede meiner Zellen. Mein Körper reagierte heftig: mein Gewicht purzelte ins Bodenlose und ein grosser Teil meiner Haare suchte das Weite – zusammen mit meiner Lebensfreude und meinem Mut.

Das Weite gesucht hätte ich damals auch gern. Doch das ging natürlich nicht, denn da waren ja meine beiden Kinder, die ihre Mama brauchten, auch wenn die ganz unten in einem tiefen Loch sass.

Dann kam der Jahreswechsel 2011/2012.

Die Sehnsucht, mich selbst wieder zu spüren, veranlasste mich, durch's Feuer ins neue Jahr zu laufen. Was sollte schon passieren? Ganz unten war ich bereits und so kam es mir auf verbrannte Füsse auch nicht mehr an.

Während das riesige Feuer langsam niederbrannte, bereitete ich mich unter Anleitung der erfahrenen Seminarleiterin Pascale Jossi mental auf den Lauf durch die mehr als 1000°C heisse Glut vor: Mein Geist überzeugte durch intensive Vorstellung in vielfacher Wiederholung meinen Körper davon, dass ich nicht durch verbrennende Glut, sondern über einen kühlen Teppich satten Grases laufen würde.

Als nur noch ein roter Glutteppich übrig war, war es soweit:

Ich stand allein vor der funkelnden Glut, die so gar nicht nach kühlem Gras aussah. „Wie bescheuert bist Du eigentlich?!“ rauschte es mir durch den Kopf. Doch nun gab es kein Zurück mehr. Ich blickte nach vorn, konzentrierte mich, atmete, zählte.

Dann spürte ich: „JETZT!!“ ... tat entschlossen den ersten Schritt hinein in die rote Glut und ... blieb verwundert stehen, denn sie war kühl und weich... genau wie ein Teppich aus sattem Gras!

Meinen restlichen Weg durch's Feuer ging ich langsam, jeden einzelnen Schritt geniessend.

Natürlich war auch danach meine Lebens-Situation noch die gleiche. Und doch war plötzlich alles anders:

Ich wusste jetzt, wie stark mein Geist ist!

Wenn ich nur mit meiner Vorstellungskraft 1000°C heisse Glut daran hindern kann, mich zu verbrennen, dann bedeutet das, dass nichts und niemand mir etwas antun kann - ausser ich selbst!

Ich erkannte, über welche Kraft ich verfüge und ich verstand, dass diese Kraft auch Verantwortung mit sich brachte. Die Verantwortung für mein eigenes Leben, für mein Glück.

Und so begann in jener Silvesternacht meine Reise in eine andere Welt. Eine Welt, in der ich nicht nur selbst über immer wieder neue Schatten springe, sondern inzwischen auch andere dabei begleite, über ihre Schatten zu springen und neue Wege zu gehen – als Chef, Unternehmer, als Mensch.

In diesem Buch spiegelt sich meine neue Welt. In ihm lebt meine Seele. Meine Bilder und Texte erzählen von Liebe, Geborgenheit und Glück, von der Illusion von Schuld und Angst und der rastlosen Suche nach dem Sinn des Lebens, so oft vorbei am Leben selbst.

Sie weisen auf das Grosse im Kleinen und auf Gegensätze, die zusammen gehören. Sie inspirieren zum Blick unter die Oberfläche und lassen die Phantasie Purzelbäume schlagen.

Und sie laden ein, sich Zeit zu nehmen.

Zeit zum Geniessen, Zeit zum Sein.

Zeit für's Leben.

Herzlich,

*Katrin Kaden*

Sie wollen auch über Ihre Schatten springen?  
Mehr darüber erfahren Sie auf: **[www.kananda.ch](http://www.kananda.ch)**

Sie wünschen sich eines der Bilder im Original oder als Leinwand-Druck?  
Auf **[www.dicad-verlag.ch](http://www.dicad-verlag.ch)** finden Sie eine grosse Auswahl.

Arboldswil im November 2015