

# Alltags-Masken

Immer wieder verberge ich im Alltag vor anderen meine Ecken und Kanten, meine Schwächen und Ängste, suche Schutz hinter zahlreichen Masken.

Wie gerne möchte ich anerkannt werden, beliebt und möglichst ohne Fehler erscheinen.

Ich erfülle die Erwartung anderer, passe mich an und versuche mich passend zu machen, lache wenn mir nicht danach zumute ist, erscheine stark, auch wenn es mir nicht gut geht, lasse zu, dass meine Gefühle zugeschüttet werden.

Herr du schaust mich liebend an, siehst hinter meine Tarnung, hinter die selbst errichtete Fassade, du weißt wie ich wirklich bin, wie es mir geht.

Du kennst alle Unsicherheiten und wahren Gefühle, gräbst das Einzigartige an mir aus, du veränderst mich, ermutigst mich frei und selbstbewusst zu sein. Von dir kann ich es wagen meine Verletzlichkeit zuzulassen, auf meine innere Stimme zu hören, die eigene Persönlichkeit zu entfalten, Gefühle und Gedanken unverstellt zum Ausdruck zu bringen, einfach stimmig zu leben.

Dann kann es mir gelingen, auch den Mitmenschen offen und ehrlich zu begegnen, wahrhaft ihre Zuwendung und Herzlichkeit zu erfahren und mitzuhelfen die Welt heller und wärmer zu gestalten. (Cornelia Napierski)



## „Tvoj nasmeh je topel, kot sonce!“

Zgodba pripoveduje o ženi, ki je ves dolgi dan delala kot natararica v vaški gostilni. Ljudje so bili precej naporni in ni imela minute časa, da bi se vsedla. Končno ji je uspelo, da bi se po napornem delu vsaj malo odpočila, že je vstopil nov gost. Hitro je vstala in ga prijazno vprašala, kaj želi. Mož ji ni dal odgovora, temveč se je nasmehnil in jo prijazno pogledal. Vzel je iz žepa list in je nanj nekaj napisal.

Natararica je prebrala: „Nem sem!“ Z iskrenim nasmehom je prinesla gostu zaželjeno pijačo in mu pripovedovala o napornem, a vseeno lepem dnevu.

Predstavila je novega gosta tudi ostalim gostom v domači gostilni.

Čeprav ni mogel govoriti, se je dobro počutil v gostilni.

Predno se je poslovil, je dal natararici list, na katerega je napisal :

„**Hvala ti za tvoj iskren nasmeh, ki je topel kot sonce!**“

Ves srečen je odšel, natararica pa se je vrnila k ostalim gostom. Spoznala je , kako važno je prisluhniti vsakemu človeku z srcem in mu tudi v svoji utrujenosti podariti nasmeh, ki nič ne stane, a čudežno deluje, saj obogati tistega, komur je namenjen in ne osiromači tistega, ki ga poklanja. ( Božo Rustja)